

सन्मति छाद्रिय एल मापा का १६ वा एल

महामंत्र नवकार



उपाध्याय अमर मुनि

प्रकाशक

सन्मति ज्ञानपीठ, लोहामड^२

महामन्त्र एक परिशीलन

मानवजीवन में नमस्कार की बहुत ऊँचा स्थान प्राप्त है।
 नुप्य के हृदय की कोमलता समरमता गुण श्राद्धता एवं
 श्रवणता का पता सभी लगता है जब कि वह अपने से थोड़ा एवं
 विन्न महान् आत्माओं की भक्ति-भाव से गदगद् होकर नमस्कार
 करता है गुणों के समस्त अपनी अदृष्टता का त्याग कर गुणों के
 प्रयोगों में अपने आपको सबलभावेन अर्पण करता है।

आज तक का युग है। प्रश्न किया जाना है कि महान्
 आत्माओं को केवल नमस्कार करने और उनका नाम लेने से
 क्या लाभ है ? अरि हत आदि क्या कर सकन है ?

प्रश्न उचिन् है सामयिक है। उत्तर पर विचार करना
 चाहिए। हम सब कहते हैं कि अरिहन्त भिद्ध आदि वीतराग
 हमार लिए कुछ करते हैं ? उनका हमारे विस्तारों से कोई सम्बन्ध
 है। जो कुछ भी करना है हमें ही करना है। परन्तु आत्ममन
 में तो आवश्यकता होती ही है। पाँच पन् हमारे लिए आत्ममन्त्र
 आत्मा हैं सत्य हैं। उन तक पहुँचना उन जसी अपनी आत्मा
 में भी विकसित करना—हमारा अपना आध्यात्मिक ध्येय है।
 कृतृत्व का अर्थ स्फूर्तगति से नवन हाथ पर मारना ही नहीं
 है। आध्यात्मिक धर्म में निमित्तमात्र से ही कृतृत्व आ जाता है।

और यह बात में जैन धर्म का दूसरे कट्टरवादिनों में समर्थन
 हो जाता है। यह पुत्रों का अर्थ गुरु मंगलता उपाय
 एवं मीठि-वम चार गीत आदि दिया जाता है वही जैन
 धर्म का अपना गुरु स्थापन मार्ग बताया होता है।

अरिस्तो आदि मन्त्रों का नाम लेते से पाप मन उभो
 प्रकार गुरु हो जाने से दिव्य प्रकार गुरु के उपाय होने पर वह
 आदित्य गुरु है। गुरु न भोग का गीत मार कर मही भगवा
 दिव्य उनके निमित्त मात्र गीत पाप का प्रभाव हो जाता।
 गुरु कर्म का निमित्त एवं विविध कर्मों के लिए कर्मों के उपाय
 मही भगवा दिव्य गुरु गुरु मही भगवा गुरु गुरु ही कर्मों का
 निमित्त उपाय है। कर्मों का निमित्त मही भगवा निमित्त कर्मों
 मही भगवा मही भगवा। इति प्रकार अरिस्तो आदि मन्त्रों का
 का नाम भी मही भगवा का उपाय मही भगवा का नाम
 है। मही भगवा का नाम मन में विचार विचार हो जाने से विचार
 विचार होने से मन मही भगवा मही भगवा है। मही भगवा
 मही भगवा मही भगवा का नाम होना है। मही भगवा का नाम
 होना है। मही भगवा का नाम मही भगवा उपाय मही भगवा
 विचार मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा
 मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा
 मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा

अरिस्तो — मही भगवा का नाम उपाय मही भगवा मही भगवा
 मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा मही भगवा

हैं। तिन अतःगत्रा के कारण बाह्य भूमिका में अनेक प्रपञ्च होते जाते हैं दुःख और बनेन व मयः जाते हैं। तत्र काम त्राप मन्त्र जोन राग द्वेष आदि परगुण विषय प्राप्त करने के लिये और अग्निमा गव दानि के अक्षय जमीन सागर अग्निमान की भगवान् कहते हैं।

सिद्ध—पुनः परमात्मा। जो महान् आत्मा कम मन में सुवर्ण मुक्त होकर जन्म मरण व चक्र से मुक्त के लिए छुटकारा पाकर अत्र अमर, निष्ठ बुद्ध मुक्त होकर भाग प्राप्त कर चक्र है व सिद्ध पन्थ में सम्पादित जाते हैं। सिद्ध जाने व निष्ठ पन्थ अग्निमान की भूमिका तप करनी जाता है। अग्निमान हुए बिना निष्ठ नहीं बना जा सकता। जाक भाषा में दन्धारी जीवमुक्त अग्निमान जाते हैं और न्मुक्त सिद्ध।

आचार्य—आचार्य का हीमरा पन्थ है। जन घम में आचरण का बहुत बला में त्व है। पन्थ पर सत्ताचार व मात पर ध्यान रखना जो जन साधन की श्रद्धा का प्रमाण है। अस्तु जो आचार का मयम का स्वयं पावन करने व और मय का नेतृत्व परत उग दूमेरा में पावन करवाना है व आचार्य कहना है। जन-आचार माण्डा व अहिंसा मय अन्तम इत्यर्थ और अपरिग्रह—य पांच मुख्य प्रमे हैं। आचार्य को इन पांच महाप्रतीति का प्राण पण से स्वयं पावन करना जाता है और दूसरे मय प्राणियों का भी मूल ज्ञान पर उचित प्रायश्चित्त आदि देकर सत्य पर अग्रसर करने जाता है। माघ माध्वी भावक और भाविता—

यह पनुविधि मय ३ । इसको आध्यात्मिक-माधना के मनुष्य का भार आचाय पर हाता है ।

उपाध्याय—जीवन में विवेक विज्ञान की बनी आवश्यकता है । भक्त विज्ञान के द्वारा ज्ञान और ज्ञान के पृथक्करण का ज्ञान होने पर ही साधक अपना उच्च एवं आत्म जीवन बना सकता है । अतः आध्यात्मिक विद्या के विज्ञान का भार उपाध्याय पर है । उपाध्याय मानव जीवन की अन्त प्रविष्टि का बड़ी भूमिका पद्धति से गुणभाने है और अनादि काल में अमान अपकार में भटकते हुए में य आश्रय का दिशा का प्रकाश देने हैं ।

साधु—साधु का अर्थ है आत्मा की साधना करने वाला साधक । प्रत्येक व्यक्ति गिद्धि की मात्र में है परन्तु आत्मा की गिद्धि की आरंभ बिना विरत ही महानुभाव का कार्य जाता है । सांसारिक वागनाओं का त्याग कर जो पाँच धर्मों का अपने बना में रखते हैं ब्रह्मचर्य की मय यात्रा की रक्षा करना ३—साधक मान साधक मोक्ष पर विजय प्राप्त के लिए मरणात्तर ४ ५ ६ है—अहिंसा सत्य अस्वयं ब्रह्मचर्य और अवरिद्ध ७ ८ ९ पाँच महान्न पातने ३—पाँच समिति और तीन गति का मध्यमता मारा घना करने है—पानाचार ४ साधारण चारित्र्याचार सगमाचार धीर्माचार—इन पाँच आचारों के वासन में ही ज्ञान का जन्म रहता है ५ जन्म परिभाषा के आचार के हा मारा बना होते है ।

यह साधु वन मय ३ । आचार उपाध्याय और अहिंसा—तीनों के इसी साधु वन के विवर्तित बना ३ । साधु वन अभाव में उच्च तीनों वनों की भूमिका पर कथकति महा पट्टिका का मचना ।

पहले पद में तोएँ और मरव दा = बिना ध्यान देने पाए हैं। जिन पद का समझाव मनी गुण रूप परिष्कृत हो गया है। इन्द्र-मायुता क निष्ठा भव ही मायप्रणयिक दृष्टि से निष्ठा किमी का आनि का बचन हो परन्तु भाव मायुता क निष्ठा अन्तरंग की उन्नतता क निष्ठा ता किमी भी बाह्य रूप का प्रतीय नहीं है। वह समान म जनी भी जिस किमी भी ध्यति क पाग हो वह अनिश्चयीय है। समझार हो लोक म—मगार में जिस किमी भी रूप म जा भा भाव-मायुता उन सब का। कितना दोषिमान मगार आता है।

प्राणि पद में प्रारम्भ के दा पद देवतादि म आते हैं और अन्तिम तीन पद—प्राणायाम, उपाध्याय, मायुगुरुकोटि में। प्राणायाम, उपाध्याय और मायु—तानों अमो साधक ही हैं आत्म विज्ञान का अगुण अवस्था म ही हैं। अतः अपने से निम्न स्थिती क ध्यायन आनि साधकों क पुण्य और उच्च स्थिती क अरिहन्त आनि देवत्व क पुण्य होन म गुरु-मरव की बातें में हैं। परन्तु अरिहन्त और मिद्ध ता जीवन क अन्तिम विज्ञान पद पर पहुँच गए हैं, अतः वे मिद्ध हैं देव हैं। उनका जीवन म जरा भी राग द्वेष का प्रमाण का मग मग मग अतः उनका पतन नहीं हो सकता। अरिहन्त भी मिद्ध हैं पुण ही हैं। अनुपाग दा मग मग से उ = मिद्ध कहा भी है। अतः रागा की पवित्रता की दृष्टि से कोई अन्तर नहीं है। अन्तर केवल प्रारम्भ कर्म का भाग का है। दहपारी होन क कारण अरिहन्ता का प्रारम्भ कर्म का भोग रहता है जबकि देहहन्त मुक्त मिद्धों को प्रारम्भ कर्म नहीं रहता।

सूरिका में रहने वालों का भाग बतनाया है और बाँ में मगन का उन्मगन दिया है । पन्न दा पनों में हेतु का उन्मगन है ता अतिम दा पनों में काय का पन्न का मगन है । जब आत्मा पाप कारिमा में पुण्यमा गाफ हो जाती है तो फिर मगन मगन आत्मा का मगन-हा मगन है न-माग ही न-माग है । नमस्कार मगन हम पाप नाग का अनायासक स्थिति पर ही नहीं पहुँचाना प्रयुक्त परम मगन का स्थान करके हम पूर्ण आत्मावाणी बनाता है आवागक स्थिति पर भी पहुँचाता है ।

आचार्य जयसल नमस्कार मगन पर विवचन करते हुए मग स्कार के दा भेद बतनाते हैं । एक इत नमस्कार और दूसरा अद्वय । जहाँ उपास्य और उपासक में भेद की प्रतीति रहती है

में उपासना करने वाला है और यह अरिहन्त आत्मा मरे उपास्य है — यह इत बना रहता है बहु इत नमस्कार है । और जबकि राग-द्वेष के विकल्प नष्ट हो जान पर चित्त की स्तनी अधिक स्थिरता हो जाती है नि आत्मा अपना आप का ही अपना उपास्य अरिहन्त आत्मा रूप मगभता है और भेद-न-स्व स्वस्व का ही स्थान करना है, बहु अत नमस्कार कहनाता है । दोता में अद्वय नमस्कार ही स्पष्ट है । इत नमस्कार अत का साधन माग है । पन्न पहल साधक भेद प्रज्ञान साधना करता है और बाँ में ज्या-या आग प्रगति करता है त्यो-या अभेद प्रधान साधक बनाता है । पूर्ण अभेद साधना अरिहन्त दत्ता में प्राप्त होना है ।

अद्वय नमस्कार की साधना के लिए साधक का निश्चय

एक प्रधान होना चाहिए । जन धर्म का परम उद्देश्य निश्चय नहीं है । हमारी विजय यात्रा बीच में ही बड़ा टिक रूढ़न व निष्कर्ष नहीं है । हम तो धर्म विजय के रूप में एक मात्र अपने आत्म स्वरूप पर चरम न य पर पहुँचना चाहते हैं । अतः नवकार मन पढ़ने हुए नाथक को नवकार के पाँच मन्त्रों पर १ वं माय अपने आपका अवस्था अमिश्र अनुभव करना चाहिए । उक्त विचार करना चाहिए—मैं मात्र आत्मा हूँ । कम मन में अविष्ट हूँ यन् जो कुछ भी कम वधन है मेरी अज्ञानता के कारण नहीं है । यदि मैं अपने मन अज्ञान के पदों का माहक व आवरण का दूर करता हूँ आग व अतः और अतः मन पूरा मन दूर कर दूँ तो मैं भी वस्तुन माधुन उपाध्याय हूँ आचार्य हूँ अग्निमान् = और मिष्ट = । मुझ में और इनमें मेरे ही क्या रहेगा ? उक्त समय तो मेरा नमस्कार मुझे ही होगा न ? और अब भी तो मैं यह नमस्कार कर रहा हूँ तो गुनाही के रूप में किसी के आग नहीं भक्त रहा = प्रयुक्त आत्म गुणा का ही आन्तरिक रहा हूँ । अतः एक प्रकार से मैं अपने आप का भी समन कर रहा हूँ । उक्त एक प्रकार निम्न प्रकार भगवता मुक्त आत्मा में निश्चय दृष्टि की प्रसुप्ता में आत्म का न सोमादिक कहते हैं, उक्त प्रकार आत्मा का भी एक परमार्थ ना कहते हैं । जन निश्चय-नर स यन् नमस्कार पाँच पन्ना का न हकर अपने आप को भी जाना है । हम प्रकार निश्चय-दृष्टि की उक्त भूमिका पर पहुँचकर जन धर्म का एक-विश्व अदना धर्म-माना पर अवस्थित हो जाना है । अपने आत्मा का नमस्कार करने का भावना के द्वारा अपने आत्मा की पूजना उच्चता विज्ञान

नवकार का अनेक नामों से पराश्रयित किया जाता है। इसे नमस्कार मान भी सकते हैं। इसलिये कि इसमें महागुरु का सम्पत्ति नमस्कार किया जाता है। इसे परमाष्टीमन्त्र भी कहते हैं। इसलिये कि यह पद्म उत्कृष्ट स्थिति में पहुँचने वाले महागुरुओं के स्वरूप का भाव कराता है और भी कितने ही नाम हैं जिनके विस्तार में जाने का यहाँ स्थान नहीं।

सबसे प्रतिष्ठित नाम नवकार ही है। हम इसी के विषय में बताना है कि इसका क्या महत्व है ?

नवकार के नव (नौ) पद हैं अतः इसे नवकार कहते हैं। भारतीय साहित्य में नव का एक अलग लिटि का सूचक माना गया है। दूसरे एक एक दो तीन चार पाँच आठ अक्षर कहते अपने स्वरूप से च्युत हो जाते हैं। परन्तु नव का एक ही एक ऐसा एक है जो हमेशा अक्षर बना रहता है। दूसरे अक्षरों के साथ मिलित होने पर भी कभी अपने निज रूप का नहीं छोड़ता अन्तिम रूप में अपने स्वरूप का सबसे अलग व्यक्त कर ही लेता है।

उपहारण के लिए सर्वप्रथम हम नव अर्थात् नौ के पदों को लेते हैं। आप सावधानी से गाँव नव का पहला गिनते जाएँ और

आगे जोड़ लगाते जाइए । आपका मन्त्र नव का एक ही गण रूप में उपन्यस्य होगा—

$$\begin{aligned}
 & ९ + ९ \\
 १८ &= १ + ८ = ९ \\
 २७ &= २ + ७ = ९ \\
 ३६ &= ३ + ६ = ९ \\
 ४५ &= ४ + ५ = ९ \\
 ५४ &= ५ + ४ = ९ \\
 ६३ &= ६ + ३ = ९ \\
 ७२ &= ७ + २ = ९ \\
 ८१ &= ८ + १ = ९ \\
 ९० &= ९ + ० = ९
 \end{aligned}$$

आपकी समझ में होकर तोर में आ गया होगा कि आठ और एक नौ मात्र और दस नौ छह और तीन नौ पाँच और चार नौ—इस भाँति मन्त्र चर्कों में गुणाकार के द्वारा नवाङ्क का अक्षर स्वप्न स्पष्ट रूप में प्रगट हो जाता है ।

दूसरे आठ एक में लेकर आठ तक के जिनने भी पढ़ाई है मन्त्र अपने स्वरूप से पूरा जात है वार्त्ता भी अक्षर रूप में नयी बचता । गणितशास्त्र की यह साधारण सी प्रक्रिया नव के अक्ष की अक्षय स्वप्नता का सा सा परिचय दे देती है ।

यही नवा और भी अपना कदा क अनुमान सकने हवागें पाछों के एक विस्तृत जाइए अनुक्रम में जान्त जाइए, वहाँ तक

नवाक गण न आये गणान का कम करते जाइए जा सक गण
 रह उन कि गिनन जाइए और उसी निराखने जाण, अन्ध
 म गण नवाक ही आण्णा । मन् निद्रागत पूरा सत्य है उन्नाहण
 पर ध्यान दीजिए—

५३४८

२०

५३२८

१८=६

३२३५

१३

३२२२=६

देखिए बाईं ओर पाँच हजार तीन सौ अड़तालीस लिखे हुए
 हैं । इन सको को परस्पर में गिना तो पाँच तीन बार आठ—
 बीस हो गए । बीस के घन का पाँच हजार तीन सौ, अड़तालीस
 में से कम किया तो गण पाँच हजार, तीन सौ अड़तालीस
 गए । अब इन को गिना गया तो पाँच तीन दो आठ—दो
 अड़तर हो गए । वस अड़तर के घन को एक ओर आठ के रूप
 में मिलाया गया तो नौ का घन ही लक्ष आया । यही पड़नि
 साहिनी ओर व घनो व सम्बन्ध में भी है ।

नवाक के अणव रूप का यह मात्र साधारण-सा परिवर्तन है ।
 जितनी ही विनाश समस्या में घन रह कर घनित करिए मात्र
 का लक्ष कहा नौ का घन हो लक्ष रूप में सुरंगित मिलेगा । यह
 कभी भी मुप्त नही होगा । नवकारमन्त्र में नव वन् का गौरव को
 इसी अणव रूप का लक्ष है ।

आ मनुष्य यज्ञ के साथ नवकार का जप करने वाला है
 उनको हिमा प्रकार की कभी नहीं रहे सक्तो । जो कुछ भी

बभी है थड़ा बी है । थड़ा का बेग बड़ाइल चीन्ह पूव का मार
 अस्तह्द दय म उत्तारिल फिर देखिल ममार की समस्त अडि
 सिद्धि आपने बरना म किम मोनि लोही दोही वालो है । आपकी
 अन्तरंग की दुनिया भी असत्य असम्भ रहेंगी भोर बाहर की
 दुनिया भा । नवयु का नवान आपका प्रत्येक उन्नति की गिना म
 असत्य जब असम्भ पन पर पहुँचाएगा ।



भा.जी.व. मा.हि.प. ॥ ३

अदि हुना कनरीन।

આવશ્યક સંસ્થાના નિર્માણને

पञ्चमः विभागः

14. 1997 11 11

भारतीय माता स्वयं मातृ का वरदा ही मन्त्र प्रदान करने
का मंत्र कहे जाते हैं।

आचार्य विष्णु नंजुन

निष्पद्यमानि प्राणिनः ।

आमद मोमद पैक

॥ श्रीगणेशाय नमः ॥

आम्कार की मरणा इगा न मा (म हा न) है निम
 कापी म प्रथम आम् कार का ही मरणा विदा जाता है । क
 निमना हा कन् पड़ना हा की जाना न का मरणा का
 करना हा मर कता आम् का ही मरणा न घन में जाता है ।
 आम् का मृत अ नया है ?

आप का धून था क्या है ?

१. मुद्रा मन्त्रालय की वेबसाइट पर १५५

है। अण्वय समाज में कुछ पंच इस ईश्वर का वाचक बन हैं कुछ ब्रह्मा बिम्बा और महेश का वाचक बतलाते हैं। कुछ नाग अथ ऊर्ध्व और मध्य रोक का वाचक कह कर वि व ब्रह्माण्ड के निग्न इन का उपासक बनने हैं। परन्तु जन पद को नमः सम्बन्ध में धिन्न ही धारणा है। जमागे साधना के अनुसार यन् पञ्च परमपट्टी यन् नवकार का ही गणिता संस्करण है। समुच्च नवकार का ओम् में समावेश हुआ जाता है। जरा ध्यान के साथ नवकार मध्य गत पञ्चपरमपट्टी के प्रथमाक्षरों से मिल कर बनने वाले ओम् नकार का स्वरूप देखिए —

अद्विज का

अ

मिड (मिड का दूसरा नाम अक्षरीरी

को जाना है इमनिग) अक्षरीरी का

अ

आचार्य का

आ

उपाध्याय का

उ

माधु (माधु का दूसरा नाम मुनि

जा है इमनिग) मुनि का

मू

अब जरा व्याकरण के द्वारा समझें। अ + अ = आ
आ + आ = आ आ + उ = आ और मुनि का मू मिलकर
ओम् बन जाता है। जनधर्म में ओम् की आकृति 'ॐ' इस
प्रकार माना जानी है।

हो एक बात और ध्यान में रखिए। ओम् के ऊपर जो च
बिन्दु है उसका अभिप्राय यह माना जाता है कि अथर्व सिद्ध

गिला का प्रतीक है और शिष्ट मित्र का । अतः उक्त कल्पना का यह भाव है कि ओंकार के जप के द्वारा देव और गुरु दोनों का शुद्ध हृदय से स्मरण करना हुआ साधक अतः म मित्र-स्वभाव का पा लेता है ।



नवकार महामंत्र का यह एक ओर गणित का पाठ है । प्रत्येक वर्ण का प्रथम अक्षर अ सि आ उ और सा के मंगल से इनका निर्माण हुआ है । मंत्र माहिम्न में दस प्रकार के गणित मंत्रों का बीजाक्षर मंत्र कहते हैं ।

उन मंत्रों में नवकार का दस सम्बरण का भी गुरु अक्षर प्रचलन है । यह अनेक निद्रियों का देने वाला और आपत्तिवार में हर प्रकार की सहायता पहुँचाने वाला मन्त्रप्रभावी मंत्र है । इस प्राचीन विद्वानों है कि भगवान् पार्वनाथ के द्वारा मन्त्रा निर्माण हुआ है । बमठ सप्तमी की घुमी में १२ नाग नागिन उन रत्न से सब भगवान् पार्वनाथ ने अ सि आ-उ-सा का मंत्र सुना कर ही उनका उद्धार किया था । नाग-नागिन ने इन मंत्र पर पूरा विश्वास किया था और इसका बल से नागकुमार देवनाथा व अक्षिपति इंद्र और इन्द्राणी बने थे । भगवान् पार्वनाथ के मुख से कहा हुआ होने के कारण यह अतीव पवित्र एवं प्रभावशाली मन्त्र है ।

उन मंत्र का ध्यान का भी एक विशेष प्रकार है । यदि उम्र दस से जग किया जाए तो विशेष लाभप्रद होता है । प्रथम अक्षर

मायक के लिए माता को मरण की वस्तु है। माता किसी भी मरण के समय और जग करके से बड़ा महापुरुष हो १ है। मरण को भावना करना नहीं कि मरण की म या का परिवर्तन अब हो जाना चाहिए। मरण मरण मरण म या का गुण मरण मरण मरण मरण है कि एक बार मरण कर जग कर सेना चाहिए मरण हो मरण विनया भी है। मरण की विनया क्या है परन्तु मरण कथन ध्यातव्य है। मरण की मया का निर्विकल नियम जाने में एक ही हर समय प्रकाश प्राप्त होने रहती है दूसरे उन्माद तथा मरण में किसी प्रकार का कभी मरण आता। या माता बिना मरण के जग करती है उन्माद मरण का अनुभव होगा कि अब कभी जग करत-कगत मन आवन भूमि जाता है तब मायुम हो नहा होता कि जग हो रहा था या नया या नितन समय जग कर रहा। अब माता जग मया की रजि में उत्तम मायन है।

अन-मायना में माता का महापुरुष स्थान होने हुए भी यह सब सज्जन इस समय में सब उन्मादीन होने है। कबल विनय का साधारण सा साधन मयम कर ही इनके प्रति सावरवाह नह

हाना चाहिए। माला की प्रतिष्ठा में ही मन्त्र की प्रतिष्ठा निहित है।

माला सूत धूना और चदन आदि किसी भी विगुड अवस्थित पदार्थ की नहीं जा सकती है। बहुत से माग मौद्रिक का दृष्टि से रंग बिरंगी माना बना लेते हैं पर यह ठीक नहीं। माला जो भी हो एक ही रंग की हो। यह भी ध्यान रख कि एक चीज की माना में दूसरी चीज न लगाई जाय। माना के लाने धाँटे-बढ़ न हों। माला में एक मो आठ दाने ही होने चाहिए। न कम न अधिक। माला में एक ही आठ दाने नववार मन्त्रोक्त पञ्च परमध्वी पाने के एक ही आठ गुणों के धोतक हैं।

माना केरते समय न स्वयं हिलना चाहिए न माला को ही हिलाना चाहिए। माना का अक्षर रखना चाहिए यह नहीं कि वह नीचे जमीन पर पड़ी रहे। परा का ध्यान भी माना को न होना चाहिए। माना केरने से पञ्च माना के सूत्र का ध्यान में रखना चाहिए कि वह मन्त्रवृत्त है या नहीं। ऐसा न हो कि केरने समय बीच में टूट जाय। यदि कभी टूटने का प्रसंग हो जा जाय तो गुन्ध से विधिवत् प्रार्थना चला करना चाहिए। माना का बीचो बीच गुनिये से भी नंग पकड़ना चाहिए ताकि बीच बीच में हाथ से छूट छूट कर गिरती रहे। जब कभी समय माना का हाथ से गिर जाना अच्छा नहीं होता। घण्टा और मध्याह्न या कलामिका के द्वारा ही जब होना चाहिए। तबनी से माना का जब करना निषिद्ध है। माला केरने समय दानों को नंग

दुसरा चिह्न है । दूसरा चिह्न है — सर्वज्ञ ज्ञान के सम्बन्ध में प्रारंभ कर फिर म ममा का मध्य मध्यम मूल फिर अनामिका का मूल फिर कर्मा का क मोती पर हो फिर अनामिका मध्यमा नाभि के अंग पर होकर तर्जनी के मध्य तर्जनी फिर मूल पर मूल कर । एक दूसरा प्रकार भी ओ है मम प्रथम मध्यमा का मध्य तर्जनी । महाभारत कथा अनामिका का



मध्य अनामिका का मूल कनिष्ठिका का मूल मध्य अंग अनामिका का अग्र मध्यमा का अग्र तर्जनी का अग्र मध्य और मूल मध्यमा का मूल ।

तीसरा भाग आवृत है । इस की प्रक्रिया यो दास ध्यान न हो पाय है । सब प्रथम मध्यमा का मध्य पद । इसके पश्चात् चतुर्थ अनामिका का मध्य अनामिका का अग्र मध्यमा का अग्र तर्जनी



का अग्र मध्य और मूल मध्यमा का मूल अनामिका का मूल
फिर कनिष्ठिका का मूल मध्य और अंतिम पत्र ।

चौथा ह्रीं आवन है । इसका जप इस प्रकार होता है—या
प्रथम सत्रों का जप पत्र । तत्पश्चात् कमल मध्यमा का अग्र
अनामिका का अग्र कनिष्ठिका का अग्र और मध्य अनामिका का



माता और आवर्त

मध्य मध्यमा का मध्य, तत्रनी का मध्य और मून मध्यमा का मूल अनामिका का मूल कनिष्ठिका का मूल ।

पाँचवा नन्दावर्त है । इसमें कनिष्ठिका का वित्पुन ही छाड़ दिया गया है । नेत्र तीन अंगुलिया पर हा जप किया जाता है । जस कि सवप्रथम तत्रनी का अग्र पत्र । तत्पश्चात् त्रयण तत्रनी



का मध्य और गुण मध्यमा का पुनः जगामिका का पुनः मध्य
और अथ मध्यमा का अथ और मध्यम ।

प्रथम के चार भाग—भावन, लक्षण, भाव, भावन को
ही भावन में एक बार के जग की मध्यमा बारह जाती है । जब
मो बार के माता वाती भावन जग में एक ही भाव मध्यमा की
गुण माना हुआ जाती है । परन्तु मध्यमा में एक बार के जग की
मध्यमा भी होती है । अतः बार बार भावन करने में भावन
पूरा हो जाती है ।

प्राधान्य भावों में वीची भावों से जग करने के जग की
अथ अथ बनाने है । प्रथम माध्यात्म भावन गति मुष्टि एव
मुष्टि का ही भाव है । दूसरा माध्यात्म भावित्व भाव की
पोडा का दूर करता है मन कामना मोक्ष पूर्ण होती है ज्ञानि
मित्रता है । तीसरा भाव भावन अद्भुत कमकारी है । उनमें जग
से समस्त आपत्तियों दूर हो जाती है । आत्मा में अनन्तत्व सिद्धि
का भावित्व होता है । चौथा ही भावन रागादि दूर करने वाला
है सम्मान बढ़ाने वाला है । पाँचवाँ भावन तो नाम में ही भावन
मनकारी हान की सुचना होता है । यह भाव भाव की विचार
धारा मगारी कामना वालों के लिए है । आध्यात्मिक प्रयोग
मन्त्रों के लिए तो मगारी का स्वाध बुद्ध होना ही नहीं । उनकी
ता भावना भाव मुष्टि की ही होती है । अतः उनमें लिए तो
प्रत्येक भावन आन्तरिक है । व किन्ती भी एक भावन का स्वीकार
करके भावमुष्टि का सकते हैं ।

आवत मानो कर माता में जप करने समय भगुनियों अवत अवत नहीं होनी चाहिए। हयनी घाटी-सी मुभी रानी चाहिए। हाप का हय व मापने लाकर भगुनियों का कुछ टट्टी करके जहाँ तक हा सके बदन से डक कर दाँतिने हाप में ही जप करना चाहिए।

आवत की प्रणाली बड़ी गभीर है। इसमें जग-सी अमाव जानी नहीं रहनी चाहिए। जो स-वन आवत से जप करेंगे उन्हें कुछ ही दिनों में मानुस हा जाणगा कि इस प्रक्रिया में कितना जान-आता है ?



मन्त्र वाचना के लिए गुटि की बड़ी आवश्यकता है। वैसे न
मन्त्र वाचना मनुष्य ही है न गन्तु तो है वही विये गुटि की
आवश्यकता ही न हो। मन्त्र का भाव प्रत्येक कर्म में रहने
शुद्ध रहना चाहिये। विचार कर मन्त्र वाचने में। एन्द्रेय व
स्मरण करने से न मान वाचना में तो इष्ट वाक्य का पूर्ण पूर्ण
ग्यान रहना चाहिये। मन्त्र गुटि की वृत्ता में मन्त्र वाचने से मन्त्र
मन्त्रानि का भाव हो। जो वाक्य का अन्तर्भाव हो ही रहित
होनी है।

स्थान गुटि—मन्त्र प्रथम तो जहाँ वाच करना हो वही स्थान
ही स्थान चाहिये कि जहाँ के अनुष्ठान है या नहीं? वही मन्त्र
कहाँ भी मन्त्र वाचना पर ही जान है और माना केवली मुक्त कर
देता है। मन्त्र जहाँ उपर उपर हुआ गया हो। मन्त्र कदर जहाँ
हो वही वाक्य मन्त्र रहती हो और मन्त्र ही मन्त्र मन्त्रानि रहे
हो वही वाक्य वाक्य जाना जाता है।

मन्त्र वाचने में देखा गया है कि स्थान तो शुद्ध होता है
परन्तु वातावरण शांत नहीं होता। जहाँ वाचक का वाचन करने
रहने ही मन्त्र वाचने में मन्त्र मन्त्रानि ही तो वही स्थान स्थित
ही शुद्ध वही न हो जहाँ के लिए मन्त्रानि अनुष्ठान नही हो

सकता । अतः जिस स्थान पर स्थिरता से बैठने में किसी प्रकार का गड़बड़ जैसा भाव न हो—अनिष्ट पुरुष मन्त्री मन्त्रर सप्त आदि किसी प्रकार का विघ्न न जान सकने हो—जहाँ किसी प्रकार की अशुद्धि एवं घृणा न हो और जो चित्त की एकाग्रता में सदा भाव से साधक हो वही स्थान जप करने के लिए उत्तम माना गया है ।

शरीर शुद्धि—जप किया क समय शरीर शुद्धि का होना भी परमावश्यक है । दूषित मन-मुक्त एवं अशुद्धिमुक्त शरीर चित्त शुद्धि में सदायक नहीं होना प्रत्युत कभी-कभी तो चित्त में भ्रान्ति के भाव भर देता है और जप के महत्व का क्षीण कर डालता है । बहुत से साधन बिना शरीर शुद्धि की और सत्य हिंदू यों ही अस्त-व्यस्त अशुद्धि दशा में ही जप करने बैठ जाते हैं और उत्कृष्ट मयमी होने का दम भरने लगते हैं । उन्हें ऊपर की पंक्तियों पर विचार रूप से ध्यान देना चाहिए । आगम में क्या भी शरीर को पसा बनावे रखने का विधान नहीं है ।

वस्त्र शुद्धि—शरीर शुद्धि के साथ वस्त्रों की शुद्धि भी अवश्य होनी चाहिए । मन्त्रिन वस्त्र के पहनने में कोई बुद्धिमत्ता नहीं है और न यह त्याग का कोई विनिष्कृति हिस्सा ही है । बहुत से साधन परमा दुष्टान से धर्म स्थान में दोहन भावते जाते हैं और जाने ही उसी सगी चाँदी को पहने जप करने लग जाते हैं । वे यह नहीं साधते कि भजन के वस्त्र अलग रखें । स्वयं ही आत्मस्थ बना प्रेम भजन के समय भी इस गन्गी का काँत रहते हैं ।

इसके का सामना करना पड़ता है। कभी कभी वास्तव की शक्ति से
 ही भी डरती है। यह मानना ही शक्ति का दूसरा एक
 विवरण है। अब एक बात समझनी होगी यह सब कुछ
 भी नहीं है।



साधना के क्षेत्र में भोजन का भी बहुत महत्वपूर्ण स्थान है । जो साधक भोजन के सम्बन्ध में कुछ विचार नहीं रखते जो कुछ सामने आता है मट-पट पेट में डाल लेते हैं वे कभी भी सफल साधक नहीं हो सकते । भोजन का मन से विशेष सम्बन्ध है । प्राचीन आचार्यों का कहना है कि—‘आहारशुद्धी सत्वशुद्धि सत्वशुद्धी ध्रुवा स्मृति’ अर्थात्—जब आहार शुद्ध होता है तब सत्व—बल-करण शुद्ध होता है सत्व के शुद्ध होने पर स्मृति भी स्थिर हो जाती है । प्राचीन शास्त्रों की ही बात नहीं भारतीय साक-साहित्य में भी एक बहावत प्रचलित है कि—अन्न खाए अन्न बना देने भव ।

जो लोग अशुद्ध भोजन करते हैं उनके शरीर में रोग प्राणों में शोभ और चित्त में भ्रान्ति की वृद्धि होती है । शतानि स चित्त म विभो भी प्रकार की आध्यात्मिक पवित्रता का उदय नहीं हो सकता । इसके विपरीत जो शुद्ध भोजन करते हैं उनके चित्त के समस्त मन और विषय क्षीय हो निवृत्त हो जाने हैं ।

अन्न का सबसे बड़ा दोष न्यायोपाजित न होना है । जो पसा चोरी से, बईमानी से छल से दूसरों के हक की मार कर पना

साक विद्या के अर्थ के लिए ही । मैं समझता हूँ कि
उस आदि होने के कारण प्रभावित माननीय है । इसी
को हम का आश्रित ही मानें । जो मरिचक तथा सब द्रव्य
तब विचारणीय हो जाते हैं । जो सब सब दुखों को मरिचक
माना होकर जाता है । जो सब का सब स्वाद मग्न बकि मरिचक
है । सब की मरिचक रसना का मरिचक नहीं रस मरिचक ही
दुखों की दुखियों के मरिचक को आशा की हो सकती है ?

भोजन के सम्बन्ध में काश्चित् मुक्ति को भोजन भी मनुष्य
काश्चित् । उचित काश्चित् पर किया हुआ भोजन ही उचित नहीं
माना जा सकता है । प्रत्यय नहीं । बहुत ही सम्बन्ध ही का उचित
मरिचक ही हो जाता है । काश्चित् मरिचक ही । उचित मरिचक भोजन ही
का सम्बन्ध नहीं रसना । जो सब रसना ही जाती है । प्रत्यय
ही जाता है । नु मास्तिगुण ही जाता है । भोजन पर मरिचक ही
मरिचक है । सब भोजन करने ही है । यह नहीं विचारने कि रस
भोजन ही प्रत्यय भोजन है । भोजन मरिचक का रस
भोजन ही मरिचक ही रसना काश्चित् । नि में ही रस
मुक्त प्रकाशमय एकात्म स्थान का ही उपयोग करना ठीक है ।
भोजन वातावरण में किया हुआ भोजन विल पर प्रत्यय का रस
प्रत्युत्पत्ति करता है ।

सम्भव है कि हमने ही पुराण-मयी सम्बन्ध इस भोजन-दुख
के प्रकरण पर नाक भीड़ बढ़ाए और बड़े कि—नवकार का
के विचार में दृष्टा क्या सम्बन्ध ? उन्हें विचार करना चाहिए

विभवा जो मद्य पूरा त्यागी बीतरागी तीर्थंकर देवों का कथन किया हुआ है उसकी साधना करने वाल का भी किन्तना त्यागी बिरागी होना चाहिए । अथ त्याग की बात सब साधारण गृहस्थ को नहीं निभा सकता परन्तु भोजन के संबंध में तो उस त्याग वृत्ति का भाव रखना ही चाहिए । मद्य साधना में वित्त गुट्टि आवश्यक है और वित्त-गुट्टि के लिए भोजन गुट्टि आवश्यक है । अतएव प्रत्येक साधक को इस प्रकरण पर अधिक से अधिक ध्यान रखना आवश्यक है ।



साधक के जीवन में आगम का स्थान अनीन आश्रयक एवं महत्वपूर्ण माना जाता है। आगम आदि की किसी भी प्रकार की उपा साधना में आगम क्या न मन ही। जब तक आगम द्वारा तरीर को साधना के माध्यम न बना दें और जब तक आगम में निश्चिन्ता नही हाता तब तक आगम नही। वह साधना के अविहारो ही नहीं है। क्योंकि जब तक साधक एक स्थिर आगम में स्थिर नही रहता तब तक वह नही उगता मन हो स्थिर हाता और न उगता नही साधना ही बागी। प्रथम तरीर पर परब्रह्म मन पर भी विषय पाए के लिए आगम एक तर्क्य घट साधन है।

साधनात्मक में योगी प्रकार के आगम निम्न है। सभी आत्म उच्छेद एवं अना अलग अलग महत्त्व रखते हैं। पन्तु साधक मन में कुछ आगम के अतिरिक्त प्रसिद्ध है। उन पाठों में आगमों का अभ्यास भी सकल साधक हो सकता है। प्याय तथा जप का वास्तविक आनन्द उपा सकता है।

सिद्धांत—बायें पर के मूत्र देना से यानि स्थान को दबा कर और एक पर का जननान्वय पर रस कर ठंडी को हृदय में

जमा ले और देह को सीधा रख कर दोनों भीड़ों के बीच में स्थिति स्थापन करके निश्चित भाव से बं । इसे मित्रासन कहते हैं ।

बद्ध पद्मासन—बायीं जाध पर दाहिना पर और दाहिनी जाध पर बायीं पर रखकर दोनों हाथों का पाठ को ओर घुमाकर बायें हाथ में बायें पर का अंगुली और दाहिने हाथ से दाहिने पर का अंगुली पकड़ लेना चाहिए और टुन्डी का छाती में टिकाकर दृष्टि को नाक की नाक पर जमा देना चाहिए । इसी का नाम बद्ध पद्मासन है ।

मुक्त पद्मासन—उपयुक्त नियम से बठने का बद्ध पद्मासन कहते हैं और हाथों में परा के अंगुली को न पकड़ कर दोनों हाथों को दोनों जघाओं पर चित रखना अथवा दोनों हाथों का नाभि केन्द्र में पाम ध्यान मुद्रा में रखना मुक्त पद्मासन कहना है ।

पद्मासन—दाहिना पर बायीं जघा के नीचे और बायीं पर दाहिनी जघा के नीचे रखा कर देना पद्मासन है । पद्मासन का दूसरा नाम 'मुद्रासन' भी है । मन्त्रसाधारण इसे पालयी मार कर या चोकनी मार कर देना भी कहते हैं ।

वायोत्सर्गासन—सबे हाकर दोनों गुजाओं को घुटनों की ओर मटका कर बिस्तुर सीधा रखना दोनों पैरों के पत्रा के मध्य में कम और न अधिक मात्र चार घुटनों का अंतर रखना और दोनों एडियों के मध्य में चार अंगुली से कुछ कम अंतर रखना वायोत्सर्गासन कहलाता है । इस त्रिभुजा भी कहते हैं ।

आसन करते समय एक बात पर ध्यान रखने की विधि

के क्षेत्र में भी कोई सफलता नहीं प्राप्त कर सकता। हठना के भाष्य
प्रम कर बैठना या खड़ा होना अवश्य काम सिद्धि का
मूल मंत्र है।

आसन का काम कुछ माधारण नग है। पहली-पहली बार
बड़ी कठिनाई का सामना करना पड़ता है। यही तरीका सुख
रगता है मन उलट जाता है क्यों ही कि और अधिक बैठना
नाम-नामक मानस हानि मणता है। परन्तु जरा घबरा जाय
नि ३ नियमित रूप में अभ्यास किया जाय तो कोई कठिनाई न
होगी—सहज ही आसन सिद्धि में सफलता प्राप्त हो जाएगी।

आसन लगा कर बैठने से जब शरीर में दर्द या किसी प्रकार
का कष्ट का अनुभव न होकर एक प्रकार के आनन्द का उत्पन्न हो
शरीर के प्रत्येक भाग में एक प्रकार का हलकापन-सा महसूस हो
सभी समझना चाहिए कि आसन का अभ्यास पूर्ण हो रहा है
आसन में सिद्धि प्राप्त हो रही है।



आवश्यकता है। वह यह है कि—आमन से बढे ता मेरुण्ड (रोड़ की हड्डी) को ठीक सीधा रख कर चले। आमन दिया परन्तु मेरुण्ड का सीधा न रखा जा सारा पश्चिम मिट्टी में मिल जायगा कोई नाम न होगा। आमन उठाकर चले तब आग की ओर भक कर वा न्धर उधर मुड़ कर गरीर का शिपिन बना कर नहा बटना चाहिए। गरीर का सवपा दण्डायमान स्थिर रखना चाहिए।

स्थिर आसन साधिए

इन बातों को सदा स्मरण रखना चाहिए कि आमन के समय शरीर जरा भी न त्रि न दुन न दुन न बवाग की गति में बाधा पड़े और न विस में किसी प्रकार का उद्वेग हो गया हो। निराकुन दगा में आनन में बढन का ही आमन कहने हैं। तब ही आमन के अम्बाग में मत्र प्रकार के इन्द्र पून जाते हैं सरणी-गरमी भूत प्याम राग-द्वेष आदि किसी भी प्रकार के इन्द्र मत्र साधना में या दूसरी किसी प्रकार की साधना में बाधा न हो सकने।

आजवन के साथ आमन के पकने नहीं रह है। वे थोड़ी सी नद भी एक आमन से जम कर नहीं चल सकने। ना पड़ी तब स्थिर बान में भी सामाधिक करने बान मजजन कभी कम चले ? ता कभा कम ? बार बार आमन चले हैं तब पकने हैं दण्डायवी चले हैं। भना त्रिनका आमन ही स्थिर नहीं वे त्रिम बूने पद साधना में मजजना को आगा रख सकने ? ? आध्या त्रिम साधना का बान तो दूर त्रिम, चबनागन मनुष्य ता गमार

के क्षेत्र में भी कोई सफलता नहीं प्राप्त कर सकता। हड़ना व माथ धम कर घटना या खड़ा होना शरीर का सिद्धि का मूल मात्र है।

आसनों का काम कुछ माध्यम मात्र है। पहली-द्वितीया बार बड़ी कठिनाई का सामना करना होता है। या ही गरीब दुखन लगता है मन उलट जाता है तब ही छिड़ कोर अधिक बढ़ना काम-नामक मानस हानि लगता है। परन्तु जरा धैर्य रखा जाए, निर निरविवेक मन में अभ्यास बराबा जाए, तो कोई कठिनाई न आती—सहज ही आसन सिद्धि में सफलता प्राप्त हो जाएगी।

आसन लगा कर बैठने से जब शरीर में दृढ़ या किसी प्रकार के कष्ट का अनुभव न होकर एक प्रकार के आनन्द का उदय हो शरीर के प्रत्येक भाग में एक प्रकार का हलका-सा महसूस हो तभी सफलता चाहिए कि आसन का अभ्यास पूर्ण हो रहा है आसन में सिद्धि प्राप्त हो रही है।



आजकल बहुत से मस्तिष्कनाशिकों की आँखें अँधेरी हो रही हैं। वे किसी भी साधना में विचार नहीं कर रहे हैं। उनका कहना है कि वे तो कुछ जगत् ध्यान आदि की साधनाएँ कर रहे हैं, प्रभु हैं इनमें कुछ भी सम्पत्ति नहीं है। प्राचीन काल के जो शक्तिवादी उपाध्याय साधन की महत्ता के विषय में लिखते हैं ^१ वे मात्र घात जनक के ओर अधिक ध्यान में डूबे हुए हैं जिससे वे ^२। यदि वास्तव में कुछ हुआ होता तो आज क्या नहीं कुछ होता? मैं तो आज भी पता चला है ^३ जब आज भी विचार करते हैं साधना आज भी होती है। वे क्या सोच रहे हैं आज नहीं होती? मैं कुछ किया कर रहा जाता है पर मैं नहीं। आनन्द कुछ ही भाग है

मैं कहता हूँ साधना उपाध्याय विचार के लिये साधना की सेवा में बहने लगता है कि - साधना है। आज तो कुछ ही रंग है और नहीं भी हो रहा है। साधना में पूर्ण साधना रही है ^४ है प्राचीन काल के भगवान् नहीं है। कहा है—आज साधना का। यदि साधना ही है साधना के विषय में अनुसार के लिये जानें तो आज भी आध्यात्मिक व्यवस्था की भरी गल्लियाँ हैं।

मन को पवित्र कीजिए

आज के लोगों में साधना का जिया कायदा मूल रूप में नहीं है।

है चारों ओर साधकों के जगद के जगद दोट रहे हैं। परन्तु जगद की ओर भक्ति वाले अन्तरंग में हृदय धड़ा धड़ धड़ का बल रगन बान बिरन ही मगजन मिलने है। जो मधुसूत श्रद्धाहीन हो बात मामों का गुनाह हो मंगार की माह-माया में पना हुआ हो बान बान में कोष मान माया मोम के मन्नावात में उबने पग जाला हो वह साधना के क्षेत्र में क्या बमाना मिना मगना है ? मगना के लिए मगम पानी और मगम आगिगी जान यही है कि मन का स्थिर किया जाए मन का पवित्र किया जाए। जब तक मन की चकता नूर नहा जाती है मन सात्वत एवं निष्काम नहा जाता है मन में पवित्र विद्या की गदा न। बहती है तब तब साधना में बाँधी उभरने पम/बाँधी न। पना हो गवना। एक साधारण में मान का भी अवन पर पर आभक्ति किया जाता है ता म/ का जितना मुन्दर स्वच्छ एवं गुद जनाया जाता है ? नूर-नूर तब पवित्रता एवं स्वच्छता का जितना ध्याता सा जाना है ? क्या भी मनिनता मदा रन ले जानो। जीव भना जब साधक हृदय मन्दिर में अवन परमपवित्र इष्ट-व का मगमरण करना चाहता वह मनिन बना रह वाचनाओं की गन्गी में गदना रहे इष्ट उधर के पनाओं के माह में हिनता जगता रह वह किस हो सकता है ? प्रभु स्मरण के लिए तो सबसे पहला हृदय मन्दिर का साध करना ही होना।

उपर के विवेचन पर से यह निष्कर्ष होता जाता है कि साधना के क्षेत्र में मन की पवित्रता का होना सर्वप्रथम आवश्यक बात है। परन्तु प्रश्न है कि मन पवित्र हो क्या ? मन का क्या में करना

तो वेगवान् पवन को वन में बरसा है जो कभी हो नहीं सकता ।
मना कभी समुद्र की तरफें भी वन में हुई हैं ? यह प्रश्न बड़ा
प्रश्न है जो आज मनु के मुँह पर बैठा हुआ है । बहुत से सम्मन
ता मनोविज्ञान की यात्रा में मनुशा शत-शत निराग होकर बैठ ही
गए हैं ।

परन्तु यहाँ तक मानना का सम्भव है निराग होने जमी
कोई बात नहीं है । मनुष्य की मानव जाति के आग सम्भव
जमी कोई चीज ही नहीं है । मन तो हमारा गुनाम ही है क्या
यह हमारे वन में न जागा ? जागा अवश्य होगा । जरा हड़ता
क माय बाय करने की आवश्यकता है । जबकि ससारी कामों
में मन आदका माय देता है तब वन साधना में आदका माय
न देता यह कैसा माना जा सकता है ? स्वतः परमने समय ना
गमाने समय स्वतः आभूषण करने समय साधन करने समय
जनी-जाता करने समय आदका मन स्थिर रहना है या नहीं ?
अवश्य रहना है तो फिर वह साधना में क्यों नहीं रहना ?
अवश्य रह सकता है जरा माना सम्मान कीजिए ।

अभ्यास बड़ी करामात है

अभ्यास बहुत बड़ी करामात है । अभ्यास में अभ्यास कार्य
भी अभ्यास द्वारा लब्ध हो सकता है । जान है । मन तो बेकार
क्या है अभ्यास तो वन वन वन कर पड़ा कर सकता है विचार
विचार तक कर सकता है । अभ्यास के द्वारा प्राणिमात्र के स्वभाव
में इतना परिवर्तन होता है कि लक्ष नये प्रकार का जीवन

ही जाता है। जो लोग अनेक वर्षों तक विचार में रूढ़ जाता है वह विचार का दरवाजा खुलने पर भा विचार से नष्ट भागता। यदि उसे बाहर निवान भी दिया जाता है तो भी वह फिर विचार में ही घुसता है। जिन बन्धियों का जन्म प्रायः कर्म में ही बीतता है व जब कर्म से मुक्त होना है तब भी कर्म में ही जाने की तरफ़ से हैं। अम्याम के कारण ही मीना लगी और गहरी मानों में बाम कर। बान आभी प्रसन्नता से उन मानों में गारा जीवन बिता देन है और अम्यास व कारण ही - बालामुम्मी पबता पर रहने बान योग तथा सत्ता बायुधान में उठने बान बायुधान बानव निर्भयता व साथ अपना जीवन व्यतीत करने हैं। हमारा मन अम्याम के द्वारा हम प्रकार से नियंत्रित किया जा सकता है कि हम बिपर उस चाहें न जा सकते हैं जिस परिस्थिति में रहना चाहें, रम सकते हैं।

मन का संतुलन रखिए

पाठकों में से किसी ने आइसिस्त्रि चनाई है? आप जानते हैं जब चन्नाना सीसा या तो बैच्य करने में कितनी बन्नाई पहती थी? मन का समग्र ध्यान उस पर लगा दिया जाता था। जरा भी ध्यान से इधर-उधर भटने कि भ्रम गिरने ही मिलते थे। न मायूम कितनी बार चढ़े और कितनी बार गिर? सब कुछ हुमा परन्तु आपन अम्यास न छोड़ा। -या ही अम्याम बड़ा बनस्य स्वाभाविक हो गया। अब आप उधर उधर देखने भी आते हैं बातें भी करन हैं गाते और खेने भी जाने हैं पर

बनेम ठीक रहता है गिरने नहा पाने । साधना भी बाइमिबिल की सवारी है । पन्न-पहले मन उड़न बूट करेगा इधर-उधर भूकेगा परन्तु अम्मासु न छोड़िए—घोस बहुत प्रयत्न करते हो रहिए । एक निम मन का बनेम ठीक हा जाणगा और निर आन हो अविन । इमारा मन एक बार न्यारे पूण नियवण में आ जाना चाहिए किर ती हम सभी अवस्थाओं में आन का उपभोग कर सकत हैं । बिन्ध के प्रत्येक चमत्कार का सा सात्कार कर सकने हैं हर किसी साधना में पूरा सफलता प्राप्त कर सकने हैं ।

दो माग

मन का नियवण या प्रकार से किया जा सकता है । एक तो उसकी गति का मार्ग परिचालन करने में और दूसरे उस गति होन कर देने में । माग न्जन में मन को गतिहीन बनान का विधान है परन्तु जनावाय लमा नहा मानन उनका विन्वाग माग परिवर्तन पर ही है । उनका कहना है कि मन जब तक मन रूप में है गतिहीन ही रहगा । जात्रजन क मनाविधान के अनुसार भा मन का गतिहीन करना सम्भव नहीं है बल्कुल न कुल्य करता ही रहता है । अस्तु मन का बग में रखने का यही एक उपाय है कि उसकी दुष्यति से दूर कर गर ध्यान को स्मार लमा दिया जाय । ध्यान की मर्मा में अनरम्भार है । त्रिवाक य लमा कोई भी कार्य नहा या ध्यान क लरा साध्य न हा ।

ध्यान का सामान्य अर लमायता है । विल के द्वारा किसी

एक विनिष्ट भुट्ट रूप के एकाग्र चिन्तन करने का ध्यान कहते हैं । योग शास्त्र में ध्यान के मध्य में बड़ी गंभीर विवेचना की गई है । अधिक विज्ञासा वार सगुन वही देगन का कष्ट उठाए । यह एक साधारण उपेक्षा पुतिता है । अतः एतदम तो मात्र साधारण रूप से ही परिषद दिया जा रहा है ।

ध्यान के तीन तम

ध्यान में—चिन्तन में मुख्य तीन वस्तुएँ होती हैं—ध्याता ध्येय और ध्यान । ध्यान करने वाला ध्याता होता है । ध्यान के लिए जिस का अवलम्बन किया जाता है वह ध्येय होता है । और जो कुछ भी चिन्तन होता है वह ध्यान कहलाता है । ध्याता और ध्यान का मुख्य आधार ध्येय ही होता है । अतः ध्येय का विचार किया जाता है । ध्येय के चार प्रकार हैं—विष्णुध्यान, कृष्णध्यान और उपासीत ।

विष्णुध्यान—सर्वप्रथम विष्णुध्यान ध्येय है । धर्मसूत्रों में इस का विष्णु महत्त्व गाया गया है । सा न जाते एव एवान्तर स्थान म सिद्धासन आरंभि विभी योग्य ध्यानन से बठ कर विष्णुध्यान ध्याया जाता है । विष्णु यानी शरीर में विराजमान आत्मरूप ध्येय का ध्यान विष्णुध्यान ध्यान होता है । पारण्य के अर्थ से विष्णुध्यान के पांच प्रकार हैं—

१. पावित्री धारणा—इसके अनुसार सर्वप्रथम समस्त सू मण्डल का शीर नमूने के रूप में चिन्तन करो उत्पन्नान्त जमन

जम्बुद्वीप के गगन एवं ताम्र वायुन का ध्यान वाला एक हजार पशुही का स्वर्ण कमल गुम्फ पवन व समान पीनपण की ऊँची विमान बगिचा उस पर स्थित मणि व समान वेन सिंहासन और उस पर मग्न यागी व अन्य म साधक अपने आप को बना हुआ विचारे । यह स्वयं वडा हो मुख्य एवं सौम्य मायूम हागा । बार-बार पायिका धारणा व अभ्यास से मनाबुद्धि गान एवं विरहा जातो है ।

२ आग्नेयी धारणा—इसके अनुसार आग विचार करे कि मानो मैं पायिकी धारणाएँ ध्वेन सिंहासन पर यागी के रूप में बना हुआ हूँ । मेरे नाभि-स्थान में ऊपर का मुख किए हुए मानह पशुही का एक स्वन कमल है । अर्द्ध पशुही पर जो आ आग्नेय मायह स्वर कमल स्थित है । बीच में पीन वायु का हूँ निभा हुआ है । नाभि-कमल व गीत ऊपर हृदय-स्थान में अधोमुख आहुति वाला आठ पशुही का विचित्र कमल है । यह कमल कान रंग का आठ कमलों का प्रतीक है । तन्मन्तर नीच के नाभि कमल में जो हूँ अंगर में से पद पशुही निकल निकल आगिनिगा निकल हृदयस्थ अधोमुख कमल का जगो मग जगकर अग्नि निभा आग को मैं तब पर पहुँच जाऊँ । तन्मन्त्रान्तर के नाभि आठ रेखा रूप में नाच आकर गाना गिर गिर जाऊँ ऊपर से बीच का आठ निकल की आहुति बन जाऊँ । आग्नेयी धारणा का ध्यान बहुत उष हागा है । यह अन्तर में आठ कमलों का और बाह्य में स्थूल शरीर का जपाने का मन्त्र है । प्रकिया क अंग में

विचार करना चाहिए अग्नि गिना गत होकर जहाँ से उठी थी वहाँ वापस समा गई है। गरान बन कर राख हो गया है। अन्दर आत्मा का तब दमक रहा है।

३. माफ़ती धारणा—इसमें यह विचार किया जाता है कि चारों ओर से मल, सुगंध समीर—वायु के भंके आ रहे हैं। आत्मा की ज्योति अन्दर से प्रकाशमान होती हुई बाहर प्रकट हो रही है। अतः मैं विचार कर कि सब राख उड़ चुकी है अन्दर से आत्मा का प्रकाश चमक उठा है।

४. बारण्णी धारणा—इसका स्वरूप बड़ा ही शांतिप्रद है। इसमें मधों का सन्तुल्य किया जाता है। ऐसा मानूँ होता है अकाल में धन कान बालन छा गया है। पहले धीरे धीरे बाल में जार से बसा जाती है। आत्मा पर से राख का भंग पूर्णतया झुल जाता है। आत्मा गत गीनल और देदीप्यमान प्रकाश-युक्त हो जाती है।

५. तत्त्वबली धारणा—इसमें यह विचार करना चाहिए कि आत्मा कम-मल से गवसा रहित है। कम भी नहीं है शरीर भी नहीं है। पूर्ण गुड गान प्रकाशमान है। सिद्ध पद में अनन्त गुण प्रकट हो चक है अमर अमर एव अक्षय गाति का लाभ मिल चका है। अब मैं बसों से निज न रहूँगा बामनाओं के जाल में न फँसूँगा।

यह प्रकार विगन्ध का है। २२५६ धारणा का पूरा-पूरा अभ्यास करना चाहिए। जब एक धारणा का अभ्यास पूरा हो

मनुष्य पशु आदि सभी जगत् तथा निरक्षर भाव से बड़े हुए है । विह भी है, पाग ही मृग है पर जग भी बँट भाव नहीं । जारों ओर शान्ति ही शान्ति है । बीच में मात्मा तीर्थकर देव शक्ति सिंहासन पर विराजमान है । धर्मोपेन हा रहा है, ज्ञान की गंगा बह रही है । सामने हो मैं—साधक बना हूँ उपेन सुन रहा हूँ पाप-भल भी रहा हूँ ।

उपसुक्त पद्धति से ही भगवान की दीक्षा का प्रसंग बनों में ध्यान सन्धाने का हृद्य वेदमोक्षति का समय—आदि रूपक भी यथासमय विचारत रहने चाहिए । कभी-कभी अपने आप का भी तीर्थकर के रूप में चित्रित करना चाहिए । महान सत्त्व मनुष्य को महान बना देने हैं, इसमें अगुमान भी असत्य नहीं है ।

कपातीत—कपातीत का अर्थ होता है -रूप से अतीत, अर्थात् रूप रंग से सबका रहित । यह अन्तिम प्रकार है । इसमें कममल से सबका रहित अगरीरी अजर अमर सिद्ध भगवान के रूप में अपनी आत्मा का हृद्य विचार जात्रा है । यहाँ पहुँच कर सकल करना चाहिए कि—मैं देह नहीं हूँ क्योंकि देह हृद्यमान होता है मैं द्रष्टा हूँ । मैं इन्द्रिय भी नहीं हूँ क्योंकि इन्द्रियाँ भौतिक हैं मैं अभौतिक हूँ । मैं प्राण नहीं हूँ क्योंकि प्राण अनेक हैं मैं एक हूँ । मैं मन नहीं हूँ क्योंकि मन चलत है मैं पूरा स्थिर हूँ । इस प्रकार विचार करत-कर्ते अपने आप का विद्व बुद्ध मुक्त निर्विकार, आनन्दस्वरूप, अतीतमय विचारना चाहिए । यह

रूपातीत ध्यान की प्रक्रिया है। इसका कोई साम रास्ता बिन नहीं खाया जा सकता। ध्यान करते करते अपने आप ही वही उक्त स्वरूप का शकल आ सकता है।

धम-ध्यान—आगम साहित्य में धम ध्यान और गुवन ध्यान का वर्णन आता है। वह भी ध्यान के क्षेत्र में अलौकिक प्रमाणों के साथ है। गुवन ध्यान आज के हमारे साधारण मानवी जीवन में अधिक सम्भव नहीं है। अतः यही गुवन ध्यान का वर्णन न करने मात्र धम ध्यान का ही वर्णन किया जाता है। धम ध्यान के चार प्रकार हैं—

१. भगवान की आज्ञा क्या है ? उसका हमारे जीवन से क्या सम्बन्ध है ? भगवान की जिन आज्ञाओं का आराधन करके हम अपने जीवन को पवित्र बना सकते हैं ? हमारे मूल प्रवृत्तियों की वाणी की ओर जिन वाणी को क्या विशेषता है ? आन्तरिक विचारों का तत्परता मनन करना—चिन्तन करना 'आत्म-विचय' धम ध्यान है।

२. अपने मन क्या-क्या दोष रहे हुए हैं ? कोप मान माया मोह का वेग कितना कम हुआ है कितना बाकी है ? कथमन्त्र क्या होता है ? इनके कण छुटारा हो सकता है ? हमारे जीवों का जो पाप मार्ग से कम क्या सकता है ? यह विचार धम 'अन्तर्-विचय' है।

३. जीव मुझी किम कर्म से होता है और दुःखी किम कर्म

से ? जिस कम का क्या पता होना है ? यह कम तोड़ या मराने क्यों कर हो सकता है ? आन्ति गभीर विचार विपाक-विचर्य कटुनाश है ।

४ लोभ का क्या रक्कर है ? गरक और स्वर्ग का क्या रक्कर है ? मुक्ति का क्या साधन है ? अह और वैराग्य में क्या विभेद है ? पुद्गल लम्ब से अशुभ और अगम्य से तम में कैसे बहल जाता है ? आन्ति विचार 'संस्थान विचर्य' बड़ा जाता है ।

ध्यान का हाथ बहुत विमृष्ट है । प्राचीन आचार्यों ने ध्यान के अनेक प्रकार हमारे सामने रखे हैं जिनके द्वारा हम अपने खलम मन को बना में कर सकते हैं । ऊपर जो चम ध्यान का बखान किया है वह अतीव संनिप्त का मे है । पाठक इसे इतना ही न समझें । बवित्तपट्टि के अनुसार आज इसे जितना भी चाहें बढ़ा सकते हैं ।

पञ्चम ध्यान में जो अवधार का वर्णन किया है वह भी बहुत विमृष्ट है । जिस प्रकार चौथे पद के ध्यान का बखान है, उसी प्रकार आप नौ पद का ध्यान भी आन पसड़ी वाले कमन के द्वारा कर सकते हैं । प्रथम पद बीच में पाँच आठ पद चारों ओर की पशुदियों पर नौ पद में दान पद ता वे ही हैं, चार पद पान दशन धाम्नि और तप के हैं । अ मि आ उ मा के मन्त्र को भी इसी भाँति पाँच पसड़ी के कमन से विचारता जा सकता है ।

ध्यान का कार्य कुछ सीधे का नहीं है। इन क्षण में आप को बहुत दोष धर्म का बग साथ लेकर उठना चाहिए। तबने ही सम्बन्ध सीधे ही आरम्भ कार्य का रूप देना चाहते हैं। जरा सा भी विनम्र हो जाना है तो क्षीर हो जाने हैं। गृहस्था के ध्यान के क्षेत्र में प्यारों का बन्धन न करें। मनो जो मन मनाई जान से वायु के क्षेत्र से भी अधिक परिमाण समुद्र की तरंगों से भी अधिक चंचल रहा है वह आप की साधारण ही ध्यान-साधना के द्वारा चम्पी ही बने वगैरे साधना है। हमने तब तो आप का दीर्घाणि रोष काय तब क तब ध्यान का साधन चुन रहना चाहिए। ध्यान करने जाओ करने जाओ एक निम वह आया हो जिस निम मन साम्प्रतया विर हो जायगा—आपके अभीष्ट साधनों पर गंधे बन्धन के समान चमके लग जायगा।

ध्यान करने के लिए एक विनम्र समय निश्चित कर लीजिए। प्रतिदिन उस समय सब काम छोड़ कर ध्यान करने बैठ जाइए। कितने भी आवश्यक कार्य हों एक निम का भी व्यवधान न करिए। एक निम का भी अंतर साधना की निरन्तरता का साक्षि कर देता है।

ध्यान के लिए प्रातः काल का समय उपयुक्त है। यज्ञ मुद्रावना समय होता है। प्रकृति शांत होती है। समार की कोई भी लटपट उस समय नहीं हाती। प्रातः काल के समय भी आप का निराहार

ध्यान

रह कर ही ध्यान करना चाहिए । के० से पहले अपनी आत्मा से
बाध करो । के० में भोजन न करने पर मन और मस्तिष्क अधिक
शान्त होते हैं ।



‘मन्त्र’ शब्द का अर्थ है — रहस्य अथवा गुप्त-गरामा । मन्त्र सामान्य होता है परंतु उगम अथवा एक विश्राम का बल माना जाता है । मन्त्र की शक्ति मन्त्रों में नहीं उसकी भावना में होती है । मन्त्र सिद्धि में एक उता और विषमता का आधार साधक की भावना, आस्था और निष्ठा है । मन्त्र प्राप्त होने पर भी यदि उसकी साधना न की जाए तो उसका उतना लाभ नहीं होता जितना होना चाहिए । अथवा भक्ति और साधना से जब मन्त्रों के अमन में प्रवेश करके एक निष्पन्न आनन्द उत्पन्न करते हैं तब उ मन्त्र जप से जन्म-जन्मों के पाप-तापों के संस्कार धुन जाने साधक की प्रसुप्त चेतना प्रबुद्ध हो जाती है । परंतु जब एक काल निरन्तर और अथवा यावत् से मन्त्र की साधना न की तब तक सिद्धि की अभिवाधा रखना भी व्यर्थ है । निश्चि तो उसके निम्न दीपकाल तक निरन्तर साधना करो करो ।

मन्त्र जप करने समय यदि शीघ्र मधुका वेग आए तो उनका निरोध नष्ट करना चाहिए अवस्था में मन्त्र जप और दृष्ट चिन्तन में एका दृष्ट का चिन्तन न होकर मन धुन का ही ।

अथ पहल ही सावधान होकर बठें । यदि बीच में बेग आए भी तो उनसे निवृत्त हो सेना आवश्यक है । परन्तु मन्त्र जप करते समय इतने कर्म निषिद्ध हैं—

- १ आलस्य एवं प्रमाद करना ।
- २ कुम्भा और निगा का आना ।
- ३ अपवित्र लोगों का स्पर्श करना ।
- ४ बार-बार बीच का आना ।
- ५ जप के समय की झुन जाना ।

मन्त्र-जप में न बहुत सीधता करनी चाहिए, और न बहुत विरम्व । जप में सिर हिनाना लोगों का हथर उथर पैनाना मन्त्र के सम्बोधन के साथ जप का चिन्तन न करना । अथ मनस्क हस्तर बीच-बीच में मन्त्र का झुन जाना—ये सब मन्त्रसिद्धि के प्रतिवन्धक हैं, मन्त्रसिद्धि में बाधक तत्त्व हैं विशेष हैं । किसी भी मन्त्र का जप किसी विशेष सिद्धि के लिए करना हो तो साधक को निम्नलिखित नियमों का पालन करना चाहिए —

- १ भूमि-साधन ।
- २ ब्रह्मचर्य पालन ।
- ३ मोन-अल्प आशय ।
- ४ पाप-कर्म का परिवर्जन ।
- ५ दृष्ट में गहरी निष्ठा भावना ।
- ६ निर्य उपासना साधना ।
- ७ चित्तविकारा का परित्याग ।

मग्न मानसिक विज्ञानों का जन्म है कि मग्न वा के पक्षों
 मग्न सोपन कराने का वाणिज्य बालिग अगुस्त प्रोभ से वा
 करने से मान के बड़े हानि होती है। विज्ञान पर जोर प्रकाश
 के मग्न रहने है - भोजन का मग्न अगुस्त का मग्न और वा
 मानस का मग्न। उक्त प्रकार के मान के सोपन के बिना मग्नो
 कथारण नहीं करना चाहिए। भोजन और अगुस्त के वा से
 मग्न सोपन हो जाता है।

मग्न के दोष

किसी भी मग्न का वा करने हुए मग्न के बाउ दावों से
 प्रत्येक साधक को बचना चाहिए। व बाउ दाव एक प्रकार है—
 अमक्ति भावि मग्न विज्ञान अगुस्त दीप बचन और स्वयं
 बचन।

- १ अमक्ति—विज्ञान अगुस्त का मग्न है। उक्त प्रति मन में
 पूर्ण भक्ति होती चाहिए। अगुस्त के प्रति
 भक्ति का न होना अमक्ति नाव है।
- २ भावि—अम और प्रमाण से मग्न के अगुस्त में उक्त
 केर हा जाना अगुस्त का वा-बद जाना
 भावि दाव है।
- ३ मग्न—मग्न में किसी वस्तु अगुस्त की मग्नता हो जाना
 मग्न दोष है।
- ४ विज्ञान—मग्न के वगों में से कोई वस्तु छूट जाए तो वह
 विज्ञान दाव है।

- १ ज्ञात—दीप्त बस्तु के स्थान में ज्ञात वस्तु का उच्चारण करना—ज्ञात शब्द है ।
- २ दीप्त—ज्ञात वस्तु के स्थान पर दीप्तवस्तु का उच्चारण करना—दीप्त शब्द है ।
- ३ वचन—आदुन कहाया में जाना यंत्र किसी वस्तुविकारी का कह देना—वचन शब्द है ।
- ४ स्वप्न-वचन—स्वप्न में जाना मात्र यों ही हुए किसी का कह देना—स्वप्न-वचन शब्द है । अथवा यत्र यत्र के वाक्य में कोई विविष्ट स्वप्न आए, और उस हुए किसी के समस्त कहने दिलाता या स्वप्नवचन शब्द है ।

उक्त आठ प्रकार के दोषों का परिचय करके ज्ञात करने में विधि विमयी है नाप होगा है हमको मात्र की पुष्टि कहने है ।



वही आज जप के नाम पर मात्र गूँथ का रह जाना, आवश्यक में डाल देने वाला है। यह बात नहीं कि आज जप में कुछ रहा नहीं है वह नीरस निष्कल हो गया है। आज भी जप में सब कुछ है। आज भी जप के द्वारा हम अनेक आध्यात्मिक-व्यक्तिकारी का दान कर सकते हैं। परंतु जप की जो शक्ति है, उनका पूरा होना आवश्यक है। जप के लिए सदाशिव अथवा शक्ति की शक्ति है। जिस साधक की शक्तिनी हो अतः शक्ति होगी वह उतना ही आध्यात्मिकता का ऊँचे शिखर पर चढ़ सकेगा। जप का काम ज्यों ही सदा होता जाएगा मन शांत तथा स्थिर होता जाएगा त्यों ही साधक ध्यान के क्षेत्र में उतरता जाएगा। और जब साधक अपने इष्टदेव के ध्यान में इतना तमय हो जाएगा कि उसकी आत्मा इष्टदेव के स्वरूप में लीन हो जाएगी उस समय साधक समाधि की अवस्था में पहुँच जाएगा, और उस स्थिति में जप ध्यान में लीन हो जाने के कारण समाप्त हो जाएगा।

नवकार महामंत्र के जप की प्राचीन आवायों ने बहुत महिमा गाई है। प्राचीन शास्त्रों में बिलकुल ही ऐसे साधु तथा गुरुओं का वर्णन आता है जो केवल जप के द्वारा ही आत्म साधना कर सके। इसका यह अर्थ नहीं कि वे केवल जप ही करते रहे अन्य सन्तकार की साधना न श्रूय रहे। सन्तकार की साधना के अनन्तर ही तो जप की साधना का नवर आता है। सन्तकार की साधना की जितनी नवकार मंत्र के जप से बल मिलता है उतना और किसी मंत्र से नहीं। नवकार मंत्र वास्तुतः ही सन्तकार का

प्रतीक । तीसकर आचार्य उपाध्याय तथा मुनियों से बड़ कर सदाचार को जीवन में उतारने वाले और कौन हो सकते हैं ? नवकार में इन्होंने सदाचार आराधक तथा प्रवक्तृ महापुरुषों का सम्मरण है । अतः नवकार का जप करने वाला साधक सदाचारों में बने तो क्या भोग विलासी देवी-देवताओं का उपासक बनेगा ? अस्तु हृदय के साथ नवकार मंत्र का जप प्रारम्भ कर देना चाहिए । सत्कार की समस्त विभूतियाँ चरण-कमलों में आ उपस्थित होंगी ।

जप का समय

हमारे प्राचीन आचार्य जप के लिए सचि-काल का समय अतीव उपयुक्त बतलाते हैं । प्रातःकाल की सचि मध्याह्निकाल की सचि और मायकाल की सचि—इन तीनों समय पर मनुष्य दत्तचित्त होकर जप के द्वारा जो भी शुद्ध मन्त्रों अन्तःस्थित करेगा वही सदा जागृत रहेगा और ज्ञान का प्रवाह निरन्तर प्रवाहित होगा । सचि के समय जिस प्रकार के भाव पैदा हो जाते हैं उसका अमर प्रधान रूप से अपनी सचि तक तो रहता ही है । विनियम कर प्रातःकाल का समय तो बहुत ही औचित्यपूर्ण है । प्रातःकाल के समय साधारण व्यवहार के भाव कुछ नहीं हात में आते और मस्तिष्क ग्रहणशील अवस्था में होते हैं और उनमें सबसे अधिक ऊँचे एवं उत्तम मन्त्रों का रहना से अधिकृत हो जाते हैं । आस-पास प्रकृति का वातावरण शांत रहने के कारण हृदय में विभोम भाव पैदा नहीं होता । अतः जप अपनी पूरी शक्ति के साथ अन्त्याहृत मति से निश्चित समय तक चला सकता है ।

जप करते समय एक बात और भी लक्ष्य में रखने की है। वह यह कि जप-बान में साधक को उत्साह ही नहीं होना चाहिए। मानव प्रकृति की यह सबसे बड़ी दुर्बलता है कि वह जितना कार्यात्मक में उत्साह रखता है उतना आगे चल कर नहीं। 'यों-ज्यों' काय सबा होता जाता है 'यों-स्था' वह हतोत्साह एवं निष्क्रिय हो जाता है। जप-साधना में भी कभी-कभी अरुचि पैदा हो जाती है, जप नीरस तथा शुष्क प्रतीत होने लगता है। अधिकाधिक उत्साह के साथ जप करना ही इस रोग की औषध है। जैसे रित रोग को ओषध मिश्री है। रितराग के दोष से विह्वल जीम को आरम्भ में मिथ्यो भी कहवो ही लगती है। मान में ज्यो-ज्यो वित्त दोष का नाश होता जाता है 'स्था-स्था' क्रमण वह मोठी लगने लगती है। वैसे ही मन्त्र जप में अरुचि होने पर प्रयत्नपूर्वक मन्त्र जप करते रहने से क्रमण मन्त्र जप अच्छा लगने लगता है। जप में अभिरुचि बढ़ने लगती है और अन्त में जप स्वयं सग्त एवं मधुर हो जाता है। इसी दृष्टि को ध्यान में रख कर आचार्यों ने कहा है कि—'अपात्तिश्चिन्तयति सतिश्चिन्तयति सतिश्चिन्तयति सतिश्चिन्तयति सतिश्चिन्तयति'। जप से सतिदि निरुचय हो मिलती है। आप जप में निरंतर अपने उत्साह एवं अभिरुचि को बढ़ाने रहिए।

जप के तीन भेद

जप के मुख्यतया तीन भेद हैं—मानस, जपानु, और

भाष्य । मानस जप बड़ा है जिसमें मन्त्राय का विस्तार करते हुए भाव मन से ही मन्त्र का वाग स्वर और यन्त्र की बार-बार आवृत्ति का जानो है । उपांगु जप में कुछ कुछ जोम और हो-चन्ते । अपने कानों तक ही जप की ध्वनि सीमित रहती है दूसरा कोई नहीं सुन सकता । भाष्य जप वाणी के द्वारा श्रुत उच्चारण है । इसमें आस-वाग रहने वालों का भी जप की ध्वनि सुनाई पड़ता है । आचार्यों ने मन्त्र से व्योष्ट मानस जप का बतलाया है । उन का कहना है कि भाष्य जप से सीगुना उपांगु जप का और सूक्ष्मगुना मानस जप का धन है । भाष्य का कर्त्तव्य है कि बहु जपन शक्ति बढ़ाता हुआ भाष्य उपांगु और मानस जप का अभ्यास करे ।

आवश्यक सूचनाएँ

प्रत्येक क्रिया में कुछ बातें जमी हाती हैं जो विहसुस साधारण होन हुए भी महत्वपूर्ण जानो हैं । जब तक उन का ज्ञान न हागा क्रिया कभी भी पूरा नहीं हो सकती । जप के सम्बन्ध में भी यही बात है । जल साधना का इन सम्बन्ध में हम कुछ आवश्यक ज्ञातव्य बातों से परिचित करा देना चाहते हैं ।

जप करत समय बीच में बाने नहीं करना चाहिए । जब तक कामु माना पूरा न हो जाण मोन ही रखना चाहिए । जप मन बहुत जल्दी करनी चाहिए और न बहुत विलम्ब । गाकर जपना गिर हिलाना निम्ना हुआ पड़ना अथ न जानना और बीच-बीच में भूल जाना—य सब जप सिद्धि के प्रतिबन्धक हैं ।

प्रति के चित्त में व्याप्त होता, दामन तथा आतुर हो, मृत्यु प्राप्त हो शरीर में अतृप्त पोषण हो उस भी जल न करना चाहिए। चन्दन मन में जल की गति का आदिर्भाव होना कर्त्ति है। पवन पर बैठ कर जूना पड़ने हूँ, अथवा पर फना कर जा करना भी शास्त्र में निषिद्ध है। यदि यों ही मानस जल करना हो तो उस के विना नियम नग्न है। जल करने समय आत्म अर्थात् नाभि ध्याय पूजना करना अविविध धर्मों का स्थापना तथा नीच आदि भी नग्न माने जाति। उक्त दुष्पुण भी जल की पवित्रता का नष्ट कर देने के।

जल करने समय यदि नीच तथा गता आदि का वग हो तो उसका निराध नग्न करना चाहिए। क्योंकि ऐसी अवस्था में मन और इष्ट का विनयता जाता नग्न मन मूत्र का ही निम्न होने लगता है। एक समय का जल आदिर्भाव होता है और बिना अव्यवस्थित होने के कारण कभी-कभी मरकर अन्त भी उत्पन्न हो जाना है।

जल की मरिचा अत्यन्तार है। जल के द्वारा वह वाष्पान्ति प्राप्त होता है जिस के द्वारा मानक विरोधा में विरोधी का भी अन्तना विनय बना जाता है। अन्तना में अन्तना काय का भी अन्तना बना जाता है। यदि वाष्पान्ति में विविध विधान के साथ जल वि जाय तो जीवन में विना में प्रकार की मृत्युता न रह सकती।



जप साधना में अखण्ड जप का स्थान भी कुछ कम महत्वपूर्ण नहीं है। जो जप बीच-बीच में चटित हो जाता है बिना किसी अन्तर के अविराम एक ही धारा से नहीं होता है वह पूरातया उत्साह का सातावर्ण नहीं पग कर सकता। जब तक साधकों के हृदयों में उत्साह की चर नहीं दौड़ती है तब तक जप का वास्तविक आनन्द नहीं उगाया जा सकता। अखण्ड जप इसी ध्येय की पूर्ति के लिए है।

जो सज्जन प्रतिदिन नियमित समय पर अलग अलग जप करते हैं उन्हें चाहिए कि व वर्ष में एक या दो बार अवश्य ही समर्पित रूप से अखण्ड जप करने का प्रयत्न करें। अखण्ड जप में सामूहिक जप होता है और वह भी नियत अवधि तक ही। अने भक्ति रस का समुद्र बहाने व दिगं जप भर व मानसिक आसक्त तथा प्रमाण की दूर एक दिन के लिए तथा सध में अपूर्व धम-जागृति की भावना पग करने के लिए यह एक सर्वश्रेष्ठ साधन है। अखण्ड जप का प्रयाग आगरा महेन्द्रगढ़ रायबोट, प्रवाला पन्थियाला इन्दौर उज्जैन आदि कतने ही क्षेत्रों में किया गया है, और सभा धोखा से बढ-बढ अनुभवों एवं विचार

से प्राप्त करने के लिए पर ही समाप्त करना अधिक
समय है, और उचित है ।

अच्छे जप की विधि

अच्छे जप में बिना मनानाओं के मन में वादित ? यह
प्रश्न भी विचारणीय है । जिस मन व चोरीय मन ही है अतः
एक-एक पद की वारी वार चोरीय मन ही है । (अथवा है ही ।
यदि तब में मन मन्त्रा अधिक है तो एक माय दा ने की वारी के
हिमालय में अन्तर्गत मन ही है वादित । एक की अन्तर्गत एक माय
ही वादित है । अतः अधिक वादित है । अथ वा व्यक्ति भी वादित
जप में भाग लेना चाहते तो न मकर । वादित है नही, साम ही
है । यही यह अवस्था । अतः नही कि अथवा व्यक्ति अपने
निर्धारित समय पर नही पड़े की अन्तर्गत व वादित पढ़ने में ही
उपस्थित हो जाय । वही यह नही कि जप-कला की प्रतीति में
विशेष हो जाय परन्तु अन्तर्गत जप ही वादित हो जाय ।

अच्छे जप की विधि यह है कि—प्रथम तो स्थान शुद्ध
स्वच्छ प्रकाशमय तथा एकाग्र हो । जब तक स्थान की पवित्रता
तथा एकाग्रता न होगी तब तक जप में उन्नत नहीं पान
होगा । जप भी निर्विघ्नतया न हो सकेगा । दूसरे—गुरु तथा उत्तर
की ओर मुख कर के ही गायत्री का जप करना चाहिए । अथ
निष्ठाया में जप आदि कोई भी पद कृत करना, वास्तव में निर्विघ्न
है । जप करने वालों के कक्ष आगत मुख वादित माना जाय
उपकरण भी शुद्ध तथा स्वच्छ होना चाहिए । अन्तर्गत जप के लिए

अवस्था

१. व्यापार भाति में दान-दान भी न हो ।
४. लम्बाई, बोरी भाति व उपयोग से बचना चाहिये ।
५. बड़ा-बड़ा का सामान भी आवश्यक है ।
६. राशि भोजन न करें ।
७. निम्न भाति में विचार-वृत्ति क बिच न देंगे ।



भारत गुण-अरिहता,
 सिद्धा अष्टव सूरि छत्तीस ।
 उक्ताया पणवीम
 साहू सगवोस अष्टसय ॥

प्राचीन आचार्यों ने नवकार भव के एक-सौ आठ गुण बताए हैं । नवकार क एक-सौ आठ गुण के नामका अभिप्राय यह है कि नवकार के प्रथम अष्ट में जो पाँच पद हैं उन पदों के अधिष्ठाता महापुरुषों में सर क भव मिल कर एक सौ आठ गुण होते हैं । अर्थात् सिद्ध आदि भगवान् पवित्र और विद्वान् आत्माओं में क्या इतने पाँच सौ गुण हैं ? यह प्रश्न अगले मन में जान का बाट न करें । पाँचों पदों के गुणों की बाद सीमा नहीं है अनन्त गुण हैं । समुद्र के जल बिन्दुओं तथा हिमालय के पर्वतों की गिनती कर सना ता सरन है परन्तु अग्नि आदि महा आत्माओं के गुणों की गणना कर सना सरन नग । वही ता जे पूछ है अनन्त ही अनन्त है । अर्थात् गुण अनन्त हैं उनको कभी कोई सीमा ही नहीं हुई, फिर यह एक-सौ आठ गुणों की कलना

कौनो ? उत्त प्रश्न का समाधान यह है कि प्राचीन आचार्यों ने जो एक-ही आठ गुणों की सूची तैयार की है वह मात्र भाग्य जीवों को पाँच पद्म के महत्त्वपूर्ण गुणों की एक साधारण-सी सूची निम्नाने के लिए है । गुणों का खूब हस्ति में परिवर्तन करना ही उक्त कल्पना का मुख्य उद्देश्य है ।



७ मधुर ध्वनि युक्त देव दुन्दुभि ।

८ एक के ऊपर एक तीन छत्र ।

चार अतिशय

अतिशय का अर्थ उत्कृष्टता अर्थात् विशेषता होना है । अर्चित भगवान् की वस तो अनगिणत विशेषताएँ^३ परन्तु चार विशेषताएँ मूल मानी जाती हैं । प्रातिशय और अतिशय में अंतर यह है कि प्रातिशय बाह्य विभूति स्वल्प होने हैं और अतिशय आन्तरिक विभूति रूप हैं । प्रातिशय की अपेक्षा अतिशय अर्चित भगवान् के अन्तरम व्यक्तित्व का अधिक स्पष्ट रूप में व्यक्त करत^४ । वे चार अतिशय ये हैं—

१ अपायापगम अतिशय—यह भगवान् अतिशय विशेष रूप से ध्यान देने योग्य है । इसका शाब्दिक अर्थ होता है अपाय—उपद्रव और अपगम नाश । जो अतिशय उपद्रवों का आपत्तियों का पूरा रूप से नाश करता है वह अपायापगमातिशय होता है ।

उक्त अतिशय के दो भेद हैं—स्वाययी और पराययी । स्वाययी का सम्बन्ध अपने से है और पराययी का सम्बन्ध दूसरे से । अपनी अन्तरात्मा में रहे हुए काम क्रोध मत्त अज्ञान मिथ्यात्व मय लोक धृणा निंदा आदि दाया का नाश जिससे होता है, वह 'स्वाययी अपायापगमातिशय' कहलाता है । जिसके द्वारा भगवान् के समीप आने वाले दूसरे प्राणियों को आधि-व्याधि का नाश होता है वह पराययी अपायापगमातिशय कहा जाता है ।

सिद्ध के आठ गुण

योग वन को माघ करने काय सिद्ध बनाने है । सिद्ध बनना म वन्य और वन्य के कारणों का समाप्त होने से गुण परिवर्तन का भाव होता है । सिद्ध भगवान् के आठ गुण बनाने हैं । आत्मा पर जबतक आठ कर्मों का पर चला है तबतक वह गलतारी रहता है और जब आठ कर्मों में गलती रहित हो जाता है तो वही सिद्ध बन जाता है । आठ कर्मों में से एक एक कर्म के द्वारा होने से एक एक गुण की प्राप्ति होती है । स्पष्टीकरण के लिए नीचे देखिए—

कर्म

गुण

१. ज्ञानावरणीय—यह कर्म ज्ञानावरणीय के द्वारा स केवलता की प्राप्ति होती है जिस समय साक्षात्कार का स्वरूप हस्तामलक बन जाता है ।

२. दशनावरणीय—यह कर्म दशनावरणीय के द्वारा स केवलता की प्राप्ति होता है जिस क द्वारा अस्तित्व पदार्थों के

तित्व के आठ गुण

आच्छादित करता है ।

३ अन्तराय—यह कम आत्मन प्रत्यक्ष भागोपभाग आदि में विघ्न डालने वाला है ।

४ मोहनीय—यह कम आत्मा की विवेक शक्ति को भ्रान्त करने वाला है । इस के उदय से सत्यामाय का विवेक नष्ट हो जाता है ।

५ नाम कम—यह कम आत्मा को नरक आदि गतियां तथा एवम्बि आदि जातियों में भ्रमण करता है । शरीर आदि का उत्पन्नक भागही कम है ।

सामान्य धर्मों का प्रत्यक्ष बोध होता है ।

अन्तराय के क्षय से अनन्त वीर्य की प्राप्ति होती है । अनन्त वीर्य आत्मा को वह विशेष शक्ति है जिस के द्वारा आत्मा अपने पूरा स्वप्न में विवर्णित हो जाता है ।

माहनीय के क्षय से अनन्त चारित्र्य की प्राप्ति होती है । दायक-सम्यक्त्व एवं अनन्त चारित्र्य होने के पश्चात् आत्मा किसी भी मोह दंगा को प्राप्त नहीं होता ।

नाम कम के क्षय में अरूपोपगुण की प्राप्ति होता है । नाम कम के अस्तित्व में ही शरीर का अस्तित्व है और शरीर के अस्तित्व से ही रूप रस, गन्ध स्पर्श आदि होते हैं । अस्तु नामकम के अभाव में अरूपित्व स्वयं सिद्ध है ।

१. नीचकर्म उक्त वचन से
उदात्त आत्मा का ऊचान
एव नीचान की प्राप्ति
होती है ।

२. बेदनीय व कर्म आत्मा
क. प्राप्ति वस्तुतः तथा
वस्तु का अनुभव करने
वाला है ।

३. आत्मा आत्मा का भव
एव वचन वाच्य करता
है । एव वचन का उक्त
शक्ति वचन वचन वाच्य
है । एव वचन वाच्य

नीच के हाथ से अनुभव
नहीं होता है । अनुभव-वस्तु
है । न भागी न हाका ।
अथ गिद्ध आत्मा कर्म
ऊचान तथा नीचान बोली
है ।

बेदनीय व वाच्य से आत्मा
नहीं होता है । अथ वाच्य
का भाव है वाच्य वस्तु
तथा वचन वाच्य वाच्य
आत्मा ।

आत्मा व वाच्य से आत्मा
नहीं होता है । आत्मा वचन
वचन वचन वचन वचन
वचन वचन वचन वचन
है । आत्मा वचन वचन वचन
वचन वचन वचन वचन
वचन ।

उपाध्याय ज्ञान के प्रतिनिधि हैं। 'उप' का अर्थ—पास और 'अध्याय' का अर्थ—अध्ययन है। अतः 'उपाध्याय' का अर्थ हुआ कि जिसके पास अध्यात्म विद्या का अध्ययन किया जाए, वह उपाध्याय। प्राचीन आचार्यों ने उपाध्याय के पञ्चीस गुण बतलाए हैं। आचारांग आग्नि ग्यारह घण्ट और औपपातिक आग्नि बारह उपाग तथा चरण—नित्य आचरण किया जाने वाला चारित्र्य, महाशत आदि और करण—प्रयोजन होने पर आचरण करना और प्रयोजन न रहने पर न करना श्रुतिलेखना समिति आदि। इस प्रकार जो ग्यारह घण्ट और बारह उपागों का अध्ययन अध्यापन तथा चरण-करण का पालन करते हैं उन्हें उपाध्याय कहा जाता है।



साधु गुरु साधु धानु से बना है, जिस का अर्थ साधना होता है । उक्त धानु पर से बने साधु शब्द का व्युत्पत्ति मिट कर यह होता है कि जो समय की त्याग की, वराम्य की आत्म सिद्धि की साधना करता है, वह साधु है । आत्म-साधना के लिए साधुओं के अनेक गुण हाने ^३ । प्राचीन आचार्यों ने उन गुणों में से सत्ताईस गुण मुख्य माने हैं और वे इस प्रकार हैं—

१-१ छह व्रत — प्राणातिपात विरमण, मयादा विरमण, अन्तान्न विरमण, मयुन विरमण, परिग्रह विरमण, और रात्रिभाजन विरमण ।

७-१२ छह काय की रक्षा—पृथिवीकाय अपूजाय, तेजस काय वायुकाय वनस्पतिकाय और वसुकाय की रक्षा ।

१३-१७ पाँच इन्द्रियों का निग्रह—स्पर्शेन्द्रिय रमेन्द्रिय, घ्राणेन्द्रिय श्रोत्रेन्द्रिय और ओषेन्द्रिय । उन पाँच इन्द्रियों का निग्रह एवं दमन करना ।

१८ मोक्ष निग्रह—मोक्ष पर विजय पाना ।

१९ शांति—शत्रु मित्र सब पर क्षमा करना ।

२० भावशुद्धि—हृदय व भावों की निर्यस्ता ।

- २१ प्रतिज्ञेयना—यथा समय वस्त्रादि की प्रतिज्ञेयना करना ।
- २२ सधमक्रिया में सावधान रहना ।
- २३ अशुभ मन का निरोध करना ।
- २४ अशुभ वचन का निरोध करना ।
- २५ अशुभ काय का निरोध करना ।
- २६ शीत आग्नि परीषद् सहना ।
- २७ मृत्यु सम्बन्धी उपसर्ग भा सहन करना ।

साधु का जीवन एक कठोर तपस्वी साधक का जीवन है इसमें अनेक महान् गुणों का समावेश होता है । ये जो सत्ताईस गुण बतनाए गए हैं वे तो साधना के लिए परम आवश्यक एवं आधारभूत गुण हैं इसीलिए इनकी एक नियत संख्या बतलाई है ।

प्रश्न—नवहार को मंत्र क्यों कहते हैं ? मंत्र तो जादू-टोने के लिए होते हैं ।

उत्तर—मंत्र का अर्थ य जादू टोने से है यह बही क उल्लेख है ? मंत्र शब्द क्या एक अतीव पवित्र और प्रभावशाली शब्द है उसका बाद टाना से कोई सम्बन्ध नहीं । ये है कि मंत्र भाषा में जादू का मंत्र कह कर मंत्र शब्द के गौरव को बिट्टे में मिथा दिया है । हाँ तो मंत्र शब्द का गौरव यह कि वह मंत्र है कि जो प्रवृत्त करने में विद्यमान करने में मानव की दुर्बलियों को दूर करने में सक्षम होता है वह मंत्र है । मन्त्र वाक्यो ज्यो मन्त्रवाचकद्वारा विधिवत् । मंत्र शब्द को उपाय मन्त्रानि नवहार में एक तोर से वर्णित होती है । मन्त्र नवहार का मंत्र कहने का प्राचीन परम्परा मन्त्र का अर्थ है । मन्त्र नवहार में बहुत ही आत्मा का पवित्र शक्ति काया औरत में मन्त्रवाचक के अर्थ का प्रकाश चक्रेवाला मन्त्रवाचक का हीन समस्त वही है मन्त्रवाचक विद्यमान मन्त्र दुर्बल और कोन ही कहता है ?

प्रश्न—नवहार दुर्बल में हीन दुर्बल द्वारा दिया कहता है ? क्या इनमें अन्तिम विषय में कर्तृत्व नहीं था कहता है ?

उत्तर—नवकार के द्वारा महापुरुषों का चिन्तन किया जाता है हृदय में पवित्र विचारों का प्रवाह बहाया जाता है। काम-लोभादि दोषों का वेग कम होता जाता है। जनस्वरूप आत्म-कम भार से हलका होता है और फिर कमजोर दुःखों से छुटकारा करने आस हो जाता है। इसका यह अर्थ नहीं कि अरिहत सिद्ध आदि हमारी स्तुति से प्रसन्न होने हैं। और हम दुःखों से मुक्ति णिताते हैं। जो कुछ भी होता है साधक को अपनी साधना से ही होता है। भावना शक्ति अतीव बलवान् है जो जमा बिना मन करता है यह बसा हो जाता है। 'अद्यामघोऽयं पुण्यं, यो वच्छिद्यं त एव स।' यह कौन नहीं जानता कि बीरों का संस्मरण मनुष्यों में बीर बनाता है और कायरों का स्मरण कायर।

प्रश्न—नवकार के अर्थ से तीर्थकर-पद्म की प्राप्ति कैसे हो सकती है? क्या जल में इतनी शक्ति है?

उत्तर—नवकार के अर्थ से तीर्थकर-पद्म की प्राप्ति में कुछ भी असमर्थता नहीं है। पातामून में वरान आता है कि—अद्विष्ट तथा सिद्ध आदि की उत्कृष्ट शक्ति से स्तुति करता हुआ साधक तीर्थकर पद्म का उपासन कर सकता है। नवकार में अरिहत सिद्ध आचार्य उपाध्याय साध की स्तुति की गई है उन्हें नमस्कार किया गया है। अतएव यदि हृदय को उत्कृष्ट शक्ति रस से परिप्लावित करते हुए नवकार का अर्थ किया जाए, तो तीर्थ कर-पद्म की प्राप्ति में कुछ भी शक्य नहीं।

प्रश्न—आचार्य आदि को तो नमस्कार का होना सम्भव है

क्योंकि वे सागान् रूप से हमारे सामने हैं । परन्तु मिट्टी को नमस्कार किस तरह हो सकता है ? उन तक नमस्कार का पहुँचना क्या किसी तरह भी सम्भव है ?

उत्तर—नमस्कार यह क्रिया है जिसके द्वारा नमस्कर्णीय महापुरुषों का बहुमान तथा अपनी मद्यता एवं लघुता व्यक्त हो । संस्तुत भावा म यही भाव इस रूप में प्रगट किया है—‘मत्सर्वं सुलुप्यस्त्वतो’हमपहृष्टः, एतद्व्यसो धनानुसूतम्यापारो हि नमः शम्याय । उक्त नमन क्रिया क तो भेद है—‘म्य और माय । द्रव्य अर्थात् व्यवहार नमस्कार वह है जिसमें दो हाथ दो पर और मस्तक—हम मानि पाँच अंगों द्वारा प्रणाम किया जाता है । यह नमस्कार सागान् रूप से मिट्टी के समान धमिल नहीं होता, क्योंकि मिट्टी भगवान् हमारे से वरीय है । परन्तु इस नमस्कार के साथ हृदय छुड़ि एवं भक्तिभावना-स्वरूप जो भाव नमस्कार है वह तो निश्चय नय की दृष्टि से हो हो जाता है । मिट्टी भगवान् के वनजानी है । अतः वे हमारी वस्तुता को जान में देन हो भेने हैं । क्योंकि परागता या अन्तरता मय हमारी दृष्टि में हो है । उनके ज्ञान में तो परागता या अन्तरता नहीं है ही नहीं ।

प्रश्न—नमस्कार मय में प्रयोग कहाँ और माध्यम भावनाओं में से कौन-सी भावना है ? नमस्कार का माध्यमक क्या है अतः यह प्रश्न उपस्थित होता है ।

उत्तर—नमस्कार मय में प्रयोग भावना का धन है । प्रयोग भावना वह भावना है जिसके द्वारा गुणीयों को देन कर गुन

कर या स्मरण कर हुंय गदगद हो जाता है। मन सत्पुरुषों
 पवित्र जीवन पर मस्त होकर झूमन लग जाता है और उनके गु
 को अपनाने के लिए आसुर हा उठता है। नवकार मे समार
 पाँच आध्यात्मिक जीवनों का स्मरण है। अत नमस्कृत्या के
 द्वारा हुंय हृय से पुनर्कित हा जाता है दुगु णों के प्रति घृणा एक
 सत्पुरुषों के प्रति प्रेम पन हो जाता है।

प्रश्न—नवकार का जप करते समय कितने पनों का जप
 करना चाहिए ?

उत्तर—माता अथवा अनातुपुर्वी आदि के रूप मे नवकार
 का जप करना हो तो पाँच पं का हो जप करना चाहिए। मूल
 पद पाँच है। अत नमस्कार भी पाँच पनों को ही हाता है। पाँच
 पनों क आगे जो पञ्चात्मक चार पं हैं वे नमस्कार की महिमा क
 लिए हैं। अत जप के समय उनका प्रयोग नहीं किया जाता।

प्रश्न—क्या अक्षिप्त चार पं कभी पढ़ ही नहीं जाने ?

उत्तर—पढ़े क्यों नहा जाते ? जप के अलावा जब समुचा
 नवकार पढ़ना हो तो पाँच पनों के बाद अक्षिप्त चार पं भी साथ
 हो पढ़ने चाहिए। जिस प्रकार भवन के ऊपर निखर होता है
 उसी प्रकार पञ्च पञ्चात्मक नवकार के ऊपर चार पं गिस्तर रूप है
 अतएव प्राचीन ऋषों में उनको पूजिका कहा जाता है। नमस्कार
 बलिष्ठा आदि ऋषों मे काय बिगड़ हाने पर पू के ध्यान का
 भी विधान किया गया है। वहाँ लिखा है
 पर कसीध

पंखुड़ी के एक कमल का सकल किया जाए और प्रत्येक पंखुड़ी पर शूलिका का एक-एक अक्षर पड़ा जाए । शूलिका के पूरे तैंतीस अक्षर हैं । अतः अवशिष्ट तैंतीसवाँ अक्षर बत्तीस पंखुड़ियों के ठीक बीच में रही हुई कणिका पर पड़ना चाहिए । शूलिका के ध्यान की यह प्रक्रिया वही ही सरस एवं प्रभावोत्पात्क है ।

प्रश्न — नवकार के नव पन्नों से अगम ध्वनि की ध्वनि सूचित होती है । यह ध्वनि प्रगट करती है कि त्रिम प्रकार नव का एक अक्षय है । असंश्लिष्ट है उन्ही प्रकार नवपन्नात्मक नवकार की साधना करने वाला साधक भी अगम अक्षर एवं अक्षर पन् प्राप्त कर लेता है । क्या इसके अतिरिक्त दूसरी भी कोई ध्वनि नव के अक्षर से सूचित होती है ।

उत्तर — हाँ होती है । नव के पहाड़े की गिनती में ६ का एक मूल है । तत्पश्चात् क्रमशः ८ १७ १ ४१ २४ १३ ७२ ८१ ६० के एक है । इन पर से यह भाव ध्वनित होता है कि आत्मा के पूर्ण विशुद्ध रूप का प्रतीक ६ का एक है, जो कभी लक्षित नहीं होता । अनेक के एक में दो-नौ एक है । उनमें पहला एक शुद्धि का और दूसरा एक अशुद्धि का प्रतीक है । समस्त ससार के अवशेष प्राणी १८ के एक की दशा में है । उनमें विशुद्धि का मात्र एक छोटा सा भाग है और अशुद्धि आठ हिस्सा है । यही से साधना का जीवन शुरू होता है । थोड़ी-सी साधना के पश्चात् आत्मा को २७ के एक का स्वरूप मिल जाता है । भाव यह है कि शुद्धि के क्षण में एक घटा और बढ़ जाता है, और ऊपर अशुद्धि में

एक घण कम होकर मात्र ७ घण रह जाती है । आगे चल कर ज्यों-ज्यों साधना सम्बन्धी होती जाती है त्यों-त्यों गडि के घण बढ़ने जाते हैं और अगडि के घण कम होने जाते हैं । अन्त में जबकि साधना पूर्ण रूप में पहुँचती है तो गडि का घण पूर्ण हो जाता है और उपर अगडि के लिए मात्र शून्य रह जा । है । सधन में ६० का घण हमारे सामने यह आत्मा रखता है कि साधना के पूर्ण हो जान पर साधक को आत्मा पूर्ण दिखाई हो जाती है । उसमें अगुडि का एक लघु घण मात्र मात्र के लिए भी नहीं होना । अगुडि के सवसा अभाव का प्रतीक ६० के घण में ६ के आने का शून्य है । नवकार महामन्त्र की शुद्ध हृदय से साधना करनेवाला साधक भी ६ के पहाड़े के समान विवशित होता हुआ अन्त में ६ के काम अर्थात् शुद्ध रूप में पहुँच जाता है जहाँ आत्मा में मात्र अपना निजो शुद्ध रूप ही रह जाता है क्योंकि अशुद्ध सत्ता सत्ताकार के लिए पूर्णतया मष्ट हो जाता है—कमबद्धो भवेज्जीव कममुत्तरतया शिव । पूर्ण शुद्ध दशा में जीव निव बन् जाता है अर्थात् आत्मा परमात्मा बन जाती है ।



मान करती जाती है। नीचे मान माया मोम, रान इव आदि विचार ही आत्मा के सामानिक तन्तु है। इसी के द्वारा जगत् जगत् के स्वरूप तन्तु उत्पन्न होते हैं। अतः जो इन तन्तुओं को परामर्श कर आत्मनिष्ठता का पूर्ण साक्षात्कार करके केवलज्ञान प्राप्त करता है वह अविनाश पर के लीखनामो पर पर पहुँचता है।

२ तिष्ठ—जो आत्मा कम मन से माया मुक्त होकर मोक्ष प्राप्त हो पहुँच जाती है वह तिष्ठ कहता है। मोक्ष प्राप्त हो आत्मा शरीर से रहित होता है। कोई भी आविर्भाव उभरता नहीं होती। केवल ज्ञान की उपाधि का पूर्ण प्रकाश वही अनन्तज्ञान के लिए जगत्माना रहता है। सामानिक मुक्तों का प्रवाह आत्मा में बहता रहता है। मोक्ष प्राप्त का वाक्य फिर किसी जन्म मरण के फदे में आत्मा नहीं फसता। अन्तु अविनाश पर के साक्षर शरीर को छोड़ कर जो आत्मा तिष्ठ-पूर्ण हो जाता है वह तिष्ठ है।

३ आचार्य—जो धार्मिक आचारों का और नियमों का स्वयं पालन करते हैं, दूसरे से कराते हैं आचार पद्धति से पतित होने वाले दुष्ट व्यक्तिओं का धर्म-बोध के द्वारा उद्धार करते हैं। उन को आचार्य कहते हैं। आचार्य साध सध के मायक होते हैं। धर्म की रक्षा का भार उनके कंधों पर रहता है। पूरा ध्याय-जीति के साधन से सत्य धर्म की व्यवस्था संचालन करवाते हैं।

४ उपाम्पाय—जो स्वयं ज्ञान का अभ्यास गुरुरूप धरते हैं और दूसरों को भी साधनानुसार ज्ञान-व्यापन कराते हैं। सत्य का महत्त्व समझते हैं। धर्म-धर्मों के मय त नय रहस्य निरूपण कर सगार व समझ रखते हैं। व उपाम्पाय कहलाते हैं। उपाम्पाय का पद बड़ा ही ऊँचा है। आप्यात्मिक गिता देने का भार कुछ मामूली नहीं होता। ज्ञान गान का देना जग्यों को ज्ञान देने से भी बड़ी बड़ कर है।

५ साधु—पाँचवीं पन् साधु का है। साधु यह है जो साधना करता है अंतरात्मा पर अग्रगुण रखता है। वासनाओं के ज्ञान में नहीं पड़ता है। साधु के पाँच महाव्रत—गुरुव्रतिष्ठता, गुरु सत्य, गुरुव्रतय, गुरुव्रतय और गुरुव्रतिष्ठता हैं। जो पाँच महाव्रतों का मन, वचन और शरीर के द्वारा पूरा तथा पालन करने का प्रयत्न करता है वही सच्चा साधु है।

ज्ञान और ज्ञिया—जनों का बराबर समुत्पन्न बनाए रखना साधु का परम कर्तव्य है। ज्ञानगुण ज्ञियावाँक निचो काम का नहीं। और इसी प्रकार आचरणगुण ज्ञान केवल मस्तिष्क में भार ही है। साधु जीवन त्याग और वराध्य के आर्क्ष का एक महान् ज्वनन्त प्रतीक होता है।

उपसु त्र पाँचों पन् को दो विभागों में विभक्त किया जाता है—एक देव और दूसरा गुरु। अरिहन्त और सिद्ध आत्मविज्ञान की पूजा पर पहुँचे हुए हैं। अतः पूर्णतया निश्चय होने से देव

निगम में लक्ष्मण संघ का समुदाय गुरु करी हुआ कि वेच के-
 लिन र लभार में लव ललितार्गों को लव लिङ्गों को लव लर्गों
 को लव ललितार्गों को लव ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को
 ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को
 ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को ललितार्गों को



आचार्यों ने द्वाद्वाग-वाणी का वर्णन करते हुए प्रत्येक की पद सख्या तथा समस्त श्रुतज्ञान के अक्षरों की सख्या का वर्णन किया है। इस महामन्त्र में समस्त श्रुतज्ञान विद्यमान है। क्योंकि पञ्चपरमेष्ठी के अतिरिक्त अन्य श्रुतज्ञान कुछ नहीं है। अतः यह महामन्त्र समस्त द्वाद्वाग वाणी का सार है।

इस सोच में जितने भी अध्यात्म-योगियों ने मोक्ष-सदमो को प्राप्त किया है, उन सबों ने श्रुतज्ञान रूप इस महामन्त्र की आराधना से ही किया है। समस्त जिनवाणी रूप इस महामन्त्र की महिमा एवं इसका उत्काल होने वाला अमिट प्रभाव योगी जनों के भी अगोचर है। वे इसके वास्तविक प्रभाव का निरूपण करने में असमर्थ हैं। जो साधारण व्यक्ति इस श्रुतज्ञान-रूप मन्त्र का प्रभाव कहना चाहता है, वह कबमपि सम्भव नहीं है। इस मन्त्रकार मन्त्र का प्रभाव केषनी ही जानने में समर्थ है। जो प्राणी पाप से मलिन है, वे इसी मन्त्र से विमुक्त होते हैं और इसी मन्त्र के प्रभाव से आराध्य होकर ससार के बन्धनों से मुक्त होते हैं।^{१००}

स्वाध्याय और ध्यान का जितना सम्बन्ध साध है, उतना ही इस मन्त्र का सम्बन्ध भी

मान है : दण्ड मंत्र में अथवा ११ विवरण होने से ही यह मान
 बनवा होगा है : इस मान विवरणों का बनना मान मुन मुन
 एवं दण्ड बन करी नहीं मिल सकता है : मान का मान को
 दण्ड का अनुभव होने से एतद्मान की प्राप्ति होती है : मान
 करणोपक्रम की विवरण या अनुपमन्यक मान दण्ड मन के
 उन्मूलन से आती है : आ मा में मान प्रकाश उत्पन्न हो मान
 है : अतएव यह मनुष्यवत् मान अतमान का है : इनमें विवरण
 मान का मान मान मान मान अतमान का है : इनमें विवरण

मनोवैज्ञानिक दृष्टि से यह प्रश्न विचारणीय है कि नवकार मन का मन पर क्या प्रभाव पड़ता है ? आत्मिक शक्ति का विकास किस प्रकार होता है जिससे इस मन को समस्त बाह्योप शिद्धि देने जाता कहा गया है । मनोविज्ञान मानता है कि मानव की दृश्य क्रियाएँ उसके चेतन मन में और अदृश्य क्रियाएँ अचेतन मन में होती हैं । मन की इन दोनों क्रियाओं को मनोवृत्ति कहा जाता है । मनोवृत्ति दो प्रकार की चेतन मन की क्रिया व बोध के लिए प्रयुक्त होता है । प्रत्येक मनोवृत्ति के तीन पहलू हैं—ज्ञान वेत्ना और क्रिया । मनोवृत्ति व ये तीनों पहलू एक दूसरे से अलग नहीं किए जा सकते हैं । मनुष्य को जो कुछ ज्ञान होता है उसके साथ साथ वेत्ना और क्रिया की भी अनुभूति होती है । ज्ञान-रूप मनोवृत्ति के सर्वत्र प्रत्यक्षीकरण स्मरण कल्पना और विचार—ये पाँच भेद हैं । सचेत्ना के संग उत्साह, स्वाधी भाव और भावना—य चार भेद हैं एक क्रिया मनोवृत्ति के मात्र क्रिया मनोवृत्ति स्वभाव इच्छाक्रिया और चरित्र—य पाँच भेद किए गए हैं । नवकार मन के स्मरण से ज्ञान-रूप मनोवृत्ति उत्तेजित होती है जिससे उसमें अभिन्न रूप में सम्बद्ध रहने वाली उत्साह वेत्ना अनुभूति और चरित्र नामक क्रिया अनुभूति

को उल्लेख नहीं मिलती है। अधिमान मनु है कि मानव मस्तिष्क में ज्ञानवाही और विज्ञानवाही—ये दो प्रकार की गतिविधियाँ होती हैं। इन दोनों गतिविधियों का मानव में सम्बन्ध होता है परमाणु स्तर पर दोनों के केन्द्र अलग हैं। ज्ञानवाही गतिविधि और मस्तिष्क के ज्ञान केन्द्र मानव के ज्ञान विकास में लगे विज्ञानवाही गतिविधि और मानव मस्तिष्क के क्रिया-केन्द्र उन्नीसवीं शताब्दी के विज्ञान की वृद्धि के लिए कार्य करते हैं। क्रिया-केन्द्र और ज्ञान केन्द्र का घनिष्ठ सम्बन्ध होने के कारण नवकार मनु की आराधना स्मरण और विस्तार से ज्ञान-केन्द्र और विज्ञान-केन्द्रों का सम्बन्ध होने से मानव मन एक एक मध्यम होता है और आध्यात्मिक-विज्ञान की प्रेरणा मिलती है।

व्यक्ति के मन में जब तक किता मुन्दर भावना के प्रति या किसी मन्तव्य-व्यक्ति के प्रति श्रद्धा और प्रेम के स्थायीभाव नहीं होते हैं तब तक दुराचार से दूर रहना संभव नहीं हो सकती है। केवल जानकारी से ही दुराचार को रोका जा सकता है। इसलिए उच्च-आत्मिक प्रति श्रद्धा भावना का होना अनिवार्य है। नवकार मनु ऐसा पवित्र उच्च आत्मिक है जिसमें स्थायीभाव की उत्पत्ति होती है। अतः नवकार मनु का मन पर जब धारदार प्रभाव पड़ेगा—अधिक समय तक इस महामनु की भावना जब मन में बनी रहेगी तब स्थायी भावों में परिवर्तन हो ही जाएगा और ये ही नियमित स्थायी भाव मानव के चरित्र के विकास में सहायक होंगे।

इसमंत्र की आराधना करके व्यक्ति जीवन में सतोपकी भावना को जागृत करे तथा समस्त सुखों का केन्द्र इसी को समझे । अम्यास नियम का तात्पर्य है कि इस मंत्र का मनन चिन्तन और स्मरण निरन्तर करता जाए । यह सिद्धान्त है कि जिस योग्यता को अपने भीतर प्रकट करना हो उस योग्यता का बार बार चिन्तन स्मरण किया जाए । प्रत्येक व्यक्ति का चरम लक्ष्य—ज्ञान दान मुक्त और वीर्य-रूप शुद्ध आत्मशक्ति को प्राप्त करना है । इस मंत्र के अभ्यास से शुद्ध आत्मस्वरूप में तत्परता के साथ प्रवृत्ति करना ही जीवन में गुद्धि के नियम को प्राप्त करना है । मनुष्य में अनुकरण की प्रधान प्रवृत्ति पायी जाती है इसी प्रवृत्ति के कारण पच परमेश्वरों का आत्म सामने रख कर उनके अनुकरण से व्यक्ति अपना विकास कर सकता है ।



मन के साथ जिस वस्तुओं का संबंध होवे उसे स्थितियों प्रकट होती है उन वस्तुओं के समुदाय को मन कहा जाता है। मन और विचार दोनों में अंतर है क्योंकि विचार का प्रयोग कहीं भी किया जाता है जब एक ही होता है। परन्तु मन में वह बात नहीं है। उसकी शक्त तथा सामर्थ्य अत्यन्त अधिक है। ध्यान के अतिरिक्त होने से भी मन अलग हो जाता है। मन अभी माना जाता है जब सदा एक ही ओर रह सके। ये तीनों ही महावत्तु कार्य करते हैं। मनोविज्ञान का सिद्धांत है कि समुदाय की अवधारणा में बहुत ही आध्यात्मिक दृष्टि रखी है, इसी शक्तियों को मन द्वारा प्रयोग में लाया जाता है। मन की वस्तुओं के समर्थ द्वारा आध्यात्मिक शक्ति का उस स्थिति किया जाता है। इन बातों में कोई भी विचारशक्ति ही काम नहीं करती है। इसी महावत्तु के लिए उचित दृष्टिकोण द्वारा प्रति संसार की भी आवश्यकता है। मनशक्ति का प्रमाण ही माना जाने के लिए मानसिक शक्ति प्राप्त करनी पड़ती है जिससे लिए विद्युत् आवारा की आवश्यकता है।

मनों का बार बार उन्मूलन किसी माते हुए व्यक्ति को बार

बार जगाने के समान है । जिस प्रकार जब मन्त्र सिद्ध हो जाता है तो आत्मिकशक्ति से आकृष्ट देवता मात्रिक व समस्त अपना आत्मापण कर देता है और उस देवता की सारी शक्ति उस मात्रिक में आ जाती है । साधक मन्त्र और उनकी ध्वनियों के ध्वन से अपने भीतर आत्मिक शक्ति का आविष्कार करता है । मन्त्र से प्रसुप्त शक्ति जागृत होती है ।

-

मनुष्य अनुचित गुण प्राप्त करने की चेष्टा करता है किन्तु विषय के अगाध तातावरण के कारण उसे एक क्षण की भी गति नहीं मिलती है। विद्वानों का कथन है कि चित्तवृत्तियों का निरोध कर लेने पर व्यक्ति को गति प्राप्त हो सकती है। चित्तवृत्ति का निरोध करने के लिए योग का प्रयोग किया गया है। आत्मा का उत्थान-साधन एवं विकास योग-साधना पर अवलम्बित है। योग-जप से सिद्धि की प्राप्ति होती है तथा पूर्ण अहिंसा शक्ति की प्राप्ति द्वारा संचित कर्ममय दूर कर निर्वाण प्राप्त किया जाता है। साधारण ऋद्धि सिद्धियों तो शुद्ध ध्यान करने वालों के चरणों में साटती हैं। योग-साधना करने वाले को शरीर तथा मन पर अधिकार प्राप्त हो जाता है।

मनुष्य को चित्त की चंचलता के कारण ही अगति का अनुभव करना पड़ता है क्योंकि अनावश्यक सक्त विषय ही दुःखों के कारण हैं। मोह-जप वासनाएँ मानव के हृदय का मग्न कर विषयों की ओर प्रेरित करती हैं, जिससे व्यक्ति के जीवन में अगति का सूत्रपात होता है। विद्वानों ने इस

अशक्ति को रोकने के उपायों का वर्णन करते हुए बतलाया है कि मन की चपलता पर आधिपत्य कर लिया जाए, तो चित्त की शक्तियों का दृढ़ उदर जाना संभव होता है। अतएव व्यक्ति की गौरीरिक्त, मानसिक और आध्यात्मिक उन्नति का एक साधन योगाभ्यास भी है। साधक मन चक्षुष और वाय की चपलता को रोकने के लिए गुप्ति और समितियों का पालन करते हैं। यह प्रक्रिया भी योग के अन्तर्गत है। कारण स्पष्ट है कि चित्त की एकाग्रता समस्त शक्तियों को एक केन्द्रगामी बनाने तथा साध्य तक पहुँचाने में समर्थ है। जीवन में पूर्ण सफलता इसी शक्ति के द्वारा प्राप्त होती है।

योग शास्त्र के इतिहास पर दृष्टिपात करने से प्रतीत होता है कि जैन-बौद्धों में योग के अर्थ में प्रधानतया ध्यान शब्द का प्रयोग हुआ है। ध्यान के लक्षण जैसे प्रमेय आनन्दन आदि का विस्तृत वर्णन भग और भग-बाह्य ग्रन्थों में मिलता है। आचार्य उमास्वाति ने अपने तत्त्वार्थसूत्र में ध्यान का वर्णन किया है। इस ग्रन्थ के टीकाकारों ने अपनी-अपनी टीकाओं में ध्यान पर बहुत कुछ विचार किया है। ध्यानसार और योगप्रदीप में योग पर पूरा प्रकाश डाला गया है। आचार्य शुभकर ने शास्त्राचार्य में योग पर पर्याप्त लिखा है। इसके अतिरिक्त आचार्य हरिभद्रसूरि ने नवो गीता में योगविद्या पर बहुत लिखा है। इनके रचे हुए योग विन्दु योग दृष्टि समुच्चय योगविशेष योग शतक और योगशतक ग्रन्थ हैं। इन्होंने जैन दृष्टि से योग-शास्त्र का वर्णन करके पाठजल

मनुष्य अनुनि गुरु प्राप्त करे की चेष्टा करता है किन्तु विश्व के अगाध वातावरण के कारण उसे एक क्षण की भी शान्ति नहीं मिलती है। विज्ञान का कथन है कि चित्तवर्तियों का निरोध कर मने पर ध्याति की प्राप्ति प्राप्त हो सकती है। चित्तवर्तियों का निरोध करने के लिए योग का दान किया गया है। आत्मा का उत्थान-साधन एवं विकास योग-साधना पर अवलम्बित है। योग-ब्रह्म से मिटि की प्राप्ति होती है तथा पूर्ण अहिंसा शक्ति की प्राप्ति द्वारा सभित कमल दूर कर निर्वाण प्राप्त किया जाता है। साधारण श्रेष्ठ सिद्धियाँ तो गुरु ध्यान करने वाला के चरणों में लाटती हैं। योग-साधना करने वाले को शरीर तथा मन पर अधिपति प्राप्त हो जाता है।

मनुष्य को चित्त की चञ्चलता के कारण ही अशान्ति का अनुभव करना पड़ता है क्योंकि अनावश्यक सकल विकल ही दुःखों के कारण हैं। मोह-अज्ञान वासनाएँ मानव के हृदय का प्रदूषण कर विषयों की ओर प्रवृत्ति करती हैं जिससे व्यक्ति के जीवन में अशान्ति का सूत्रपात होता है। विज्ञानी ने

अशक्ति को रोकने के उपायों का वर्णन करते हुए बतसाया है कि मन की चञ्चलता पर आधिपत्य कर लिया जाए, तो चित्त की वस्तुओं का इधर उधर जाना रुक जाता है अतएव व्यक्ति की दारौरिक मानसिक और आध्यात्मिक उन्नति का एक साधन योगाभ्यास भी है। साधक मन वचन और काय की चञ्चलता को रोकने के लिए गुप्ति और समितियों का पालन करते हैं। यह प्रक्रिया भी योग के अन्तर्गत है। कारण स्पष्ट है कि चित्त की एकाग्रता समस्त वस्तुओं को एक केन्द्रगामी बनाने तथा साध्य तक पहुँचाने में समर्थ है। जीवन में पूरा सफलता इसी शक्ति के द्वारा प्राप्त होनी है।

योग शास्त्र के इतिहास पर दृष्टिपात करने से प्रतीत होता है कि जन-यथा म योग के अर्थ में प्रधानतया ध्यान का प्रयोग हुआ है। ध्यान के लगण में प्रभेद आनन्दन आदि का विस्तृत वर्णन भग और भग-बाह्य प्रयोगों में मिलता है। आचार्य उमास्वाति ने अपने तत्त्वायसूत्र में ध्यान का वर्णन किया है। इस ग्रन्थ के टीकाकारों ने अपनी-अपनी टीकाओं में ध्यान पर बहुत कुछ विचार किया है। ध्यानसार और योगप्रदीप में योग पर पूरा प्रकाश डाला गया है। आचार्य शुभनन्द ने शावाणव में योग पर पर्याप्त लिखा है। इसके अतिरिक्त आचार्य हरिभक्तसूरि ने नयी गली में योगविद्या पर बहुत लिखा है। इनके रचे हुए योग विन्दु योग दृष्टि समुच्चय योगविज्ञान योग-शतक और पोटनक ग्रन्थ हैं। इन्होंने जन दृष्टि से योग-शास्त्र का वर्णन करके पाठ्यस्त

योग-शास्त्र की अनेक बातों की तुलना जन-योग के साथ की है। योग दृष्टि समुच्चय में योग की आठ दृष्टियों का ब्यवहार है जिनसे समस्त योग साहित्य में एक नवीन दिशा प्रदर्शित की गई है। हेमचन्द्राचार्य ने आठ योगांगों का जन-योग के अनुसार ब्यवहार किया है तथा प्राणायाम से सम्बन्ध रखने वाली अनेक बातें बही हैं।

हरिभद्रसूरि ने मोक्ष प्राप्त करने वाला साधन का नाम योग कहा है। पतंजलि ने अपने योग शास्त्र में—चित्तवृत्ति का रोकना योग बताया है। इन दोनों लक्षणों का समन्वय करने पर पतित यह निश्चलता है कि जिस क्रिया या व्यापार के द्वारा सत्तारा मुख वृत्तियाँ रुक जाएँ और मोक्ष की प्राप्ति हो, वह योग है। अतएव समस्त आत्मिक-क्रियाओं का पूर्ण विकास करने वाली क्रिया—आत्मो-मुख चेष्टा योग है। योग के आठ अंग माने जाते हैं—यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि। इन साधनों के अभ्यास से मन स्थिर हो जाता है।

हेमचन्द्राचार्य ने बतलाया है— जिसने यमार्थ का अभ्यास किया है जो परिशुद्ध और समता से रहित है वह मुनि ही अपने मन को रागार्थ से निमग्न तथा बन्ध करने में समर्थ होता है। निरुद्ध मन की शुद्धि से ही जीवन की शुद्धि होती है। मन की शुद्धि के बिना शरीर को शीत करना व्यर्थ है। मन की शुद्धि से इस प्रकार का ध्यान होता है जिससे कममन बन जाता है। एक मन का निरोध ही समस्त अभ्युत्थों को प्राप्त कराने वाला है। मन

के स्थिर हुए बिना आत्म स्वरूप में सीन होना कठिन है । अतएव योगाया का प्रयोग मन को स्थिर करने के लिए अवश्य करना चाहिए । वह एक ऐसा साधन है जिससे मन को स्थिर करने में सबसे अधिक सहायता मिलती है ।



नवावारी मंत्र—ओम् ह्रीं ग्रहम् नमः क्षी स्वाहा ।

विधि—पहले नौ बार नवकार मंत्र पढ़कर बाद में इस मंत्र की नौ मालाएँ केरे । निरंतर इसकीस दिन तक जप करने से सब प्रकार का राज सम्बन्धी या अन्य सभी तरह का सबूट दूर हो जाता है ।

प्रेमभाव-वृद्धि क मंत्र—ओम् ऐं ह्रीं नमो लोए सव्यसाहूँ

विधि—पूर्व दिशा की ओर मुक्त करके इस मंत्र का जप करे । एक बार मंत्र का जप करे और नए कपड़े में एक गाँठ लगा दे । इस प्रकार एक-सौ आठ बार जप करे और नए कपड़े में एक सौ आठ गाँठ लगा दे । ऐसा करने से घर, में परिवार में किसी के साथ बलह या अनयन हो ता सब बनेन शांत हो जाता है । आंगण में प्रेम भाव बढ़ जाता है ।

सब-बाप-साधक मंत्र—ओम् ह्रीं ह्रीं ह्रीं ह्रीं ह्रीं ह्रीं

प्रतिष्ठाउसा स्वाहा ।

विधि—इस मंत्र का सवाधान जाप निरंतर बीच से आत्तराय बदन बिना करने से मन चिंतित सब कार्यों की निधि

हो जाती है । यह मन दरिद्रता और गरीबी का नाश करने वाला है । उत्तर गंगा की ओर मुख कर के एक बार भोजन और अन्नदान के सहित इसी दिन में सवा नाश जप करने से यह मन सब कार्यों की सिद्धि करता है ।

ऐश्वर्यापक मन्त्र - ओम् ह्रीं वरे सवरे भसिघ्राजसा नमः ।

विधि—इस मन्त्र का एकाल स्यान् मन प्रतिदिन सुबह दुपहर और शाम को एक ही मात्र जप करने से अर्थात्—तीनों काल में एक एक माला करने तीन माला पेरने से सब प्रकार की संपत्ति उत्पन्न और ऐश्वर्य की प्राप्ति होती है । किसी भी पद प्राप्ति की उत्पत्ति के लिए इसका जप किया जा सकता है ।

रोग निवारक मन्त्र—ओम् नमो सव्योसहिपत्ताण ओम् नमो सेतोसहिपत्ताण ओम् नमो जलोसहिपत्ताण ओम् नमो स्रवोसहिपत्ताण स्वाहा ।

विधि—यम मन्त्र की प्रतिदिन एक माला करने से सब प्रकार के रोगों की पीडा दान्त हो जाती है । रोगी का कष्ट कम हो जाता है ।

ममल मन्त्र—ओम् भसि घ्रा ज-सा नमः

विधि—इस मन्त्र का सूर्योदय के समय सूर्य की ओर मुख करके एक-सौ बार जप करने से गृह-कलह दूर होता है शान्ति होती है और मन संपत्ति की प्राप्ति होती है ।

इम्य प्राप्तिर्भव—धोम ह्रीं तमो मरिहृताग मिदाल
 पावरिपाणं उवज्झायाणं गाहूण मम श्रुद्धि-वद्धि समोद्धित
 नुद-नुद स्वाहा ।

विधि—इस मंत्र का नित्य प्रातः काल मध्याह्न और सार्य
 काल को प्रत्येक समय में पत्तीत बार मन में ही ध्यान करे । सब
 प्रकार की गुण गमद्धि धन का लाभ और कल्याण प्राप्त होता है ।

सप्तशक्ती मंत्र—धोम ह्रीं श्रीं मह तम ।

विधि—यह बहुत प्राचीन और प्रभावशाली मंत्र है । सब
 प्रकार के मुक्त सम्पत्ति और मनोरथ इससे पूर्ण हो जाते हैं ।

१

अरिहता मज्झ मगल, अरिहतामज्झ देवया ।

अरिहने वित्तइत्ताण वोमिरामित्ति पावण ॥१॥

सिद्धा य मज्झ मगल सिद्धा य मज्झ देवया ।

सिद्धे य वित्तइत्ताण वोमिरामित्ति पावण ॥२॥

आयरिया मज्झ मगल, आयरिया मज्झ देवया ।

आयरिए वित्तइत्ताण वोमिरामित्ति पावण ॥३॥

उवज्जाया मज्झ मगल उवज्जाया मज्झ देवया ।

उवज्जाए वित्तइत्ताण वोमिरामित्ति पावण ॥४॥

साहू य मज्झ मगल साहू य मज्झ देवया ।

साहू य वित्तइत्ताण वोमिरामित्ति पावण ॥५॥

एए पव मज्झ मगल एए पव मज्झ देवया ।

एए पव वित्तइत्ताण, वोमिरामित्ति पावण ॥६॥

२

उण्णम सप्पान महोण्णम

मण्णारिहेगसण सट्ठिण ।

महेगण्णमण्णि सप्पान

मणे नमो हाउ मया विमान ॥१॥

विज्ञानमार्गदर्शना नमो नमो

नमो नमो विज्ञानमार्गदर्शने ।

मूर्तिन मूर्तिन मूर्तिन मूर्तिन

नमो नमो मूर्तिमयमार्गदर्शने ॥२॥

ममत्वा विचारण नमो नमो

नमो नमो वाचन पुत्रमार्गदर्शने ।

मार्गण ममत्वा विचारण ममत्वा

नमो नमो ममत्वा विचारणमार्गदर्शने ॥३॥

विष्णुमत्तम ममत्वा विचारणमार्गदर्शने

नमो नमो विष्णुमत्तममार्गदर्शने ।

अन्तर्गत ममत्वा विचारणमार्गदर्शने

नमो नमो अन्तर्गतमार्गदर्शने ॥४॥

आराधना ममत्वा विचारणमार्गदर्शने

नमो नमो आराधनामार्गदर्शने ।

कम्मदुमोम्भूलग नमो नमो

नमो नमो कम्मदुमोम्भूलगमार्गदर्शने ॥५॥

इय नव-नव गिद्ध सद्धि विज्ञान-ममिद्ध

पयन्त्रिय मुर वाग ह्री निरेहा-मममग ।

निसवद्ध-मुरसार गोवि-मीडावधार

निजय विजय चक्र गिद्ध चक्र नमामि ॥६॥

३

अरिहत-नमोक्कारो जीव मोयइ भव-सहस्साओ ।
भावेण कीरमाणो होइ पुणो वोहिलाभाए ॥१॥
अरिहत नमोक्कारो, सब पाव - प्पणासणो ।
मगलाण च सब्वेसि पढम हवइ मगल ॥२॥

सिद्धाण नमोक्कारो, जीव मोयइ भवसहस्साओ ।
भावेण कीरमाणो होइ पुणो वोहिलाभाए । ३ ।
सिद्धाण नमोक्कारो सब पाव - प्पणासणो ।
मगलाण च सब्वेसि बीय हवइ मगल ॥

आयरिय-नमाक्कारा जीव मायइ भवसहस्साओ ।
भावेण कीरमाणो, होइ पुणो वोहिलाभाए । ५॥
आयरिय-नमाक्कारो सब-पाव प्पणासणो ।
मगलाण च सब्वेसि तइय हवइ मगल ॥६॥

उवज्जाय नमाक्कारो जीव मायइ भवसहस्साओ ।
भावेण कीरमाणो होइ पुणो वोहिलाभाए । ७॥
उवज्जाय-नमोक्कारो सब पाव प्पणासणो ।
मगलाण च सब्वेसि चउत्थ हवइ मगल ॥८॥

साहूण नमाक्कारो जीव मोयइ भव सहस्साओ ।
भावेण कीरमाणो होइ पुणो वोहि-लाभाए ॥९॥
साहूण नमोक्कारो सब - पाव प्पणासणो ।
मगलाण च सब्वेसि पचम हवइ मगल ॥१०॥

एतो वनमोचनारो नीत्रं मोचद भवमदृग्माप्रो ।
 मानेण वारमाणो हो-गुणो योऽि तामाण ॥११॥
 एतो वनमोचनारो मध्यं पाव पणामणो ।
 मममाणं च मध्येणि गदम दयद मगव ॥१२॥

६

परमष्टिमम्भार गार तयगारमरम ।
 आरम रगार वय गदत्रगम मराम्यम् ॥१॥
 ओम् नमा अरिहृताण गिररु गिरसि स्थितम् ।
 ओम् तमा गद्यगिद्धाण, मुम मुगष्ट वरम् ॥२॥

आम् नमा आदरिमाण अदरगानिशादिनी ।
 आम् तमा उवन्नामाण गद्य अस्तयार्हदम् ॥३॥
 आम् नमा ताण गद्य र चक गद्य तुने ।
 एमा वरनमावारा,

मध्यं पाव गणासणा वप्रः
 मगलाण मि सात्रिहृ
 स्वाहान्तं नय, प १
 वप्रापरि पिषा

रक्षेय,

५

नम्राभरेश्वर विरोट निविष्ट - शोण
रत्नप्रभा-मटल पाटलिताड घिपीठा ।
तीर्थेश्वरा शिवपुरी-अय-सायबाहा,
निशेष वस्तु परमायविदो जयन्ति ॥१॥

लाजाग्र भाग भवना भवभीति-मुक्ता,
पानाबलोकित समस्त पदार्थ सार्था ।
स्वामाविकेस्थिर विशिष्टसुष समृद्धा,
सिद्धा विलीनधनकममला जयन्ति ॥२॥

आचार - पञ्चक समाचरण प्रवीणा
सवन शामन परकधुरधरा य ।
ते मूरयो दमित—दुदम यादि वृदा
विश्वोपकार करण प्रवणा जयन्ति ॥३॥

सूत्र यतीनतिपटु स्फुट युक्तिमुक्त
युक्ति प्रमाण नय भङ्गगमगभीरम् ।
ये पाठयन्ति वरसूरिपदस्य योग्यात्
ते वाचकाश्चतुर्चाहनिरो जयन्ति ॥४॥

सिद्धांगनासुखसमागम वद्ध वाञ्छा
समार - सागर - समुत्तरणक - विता ।
पानादिभूषण विभूषित दहभागा,
रामादि - पातरत्नयो यतयो जयन्ति ॥५॥

६ ।

जय तय जय जयगार परमेष्ठी
जय जय भविता योग विधाता
जय जय आत्म शुद्धि विधाता ।

जय भव भजाहार परमेष्ठी ॥जय०
जय सय सारट चूरणकर्त्ता
जय सय जाशा पूरणकर्त्ता ।

जय जय मंगलवार परमेष्ठी ॥जय०
तेरा जाप जिहोने कीना
परमानन्द उन्होंने लीना ।

कर गए सेवा पार परमेष्ठी ॥जय०
लीना शरना सेठ सुदशन
सूली से बन गया सिंहासन ।

जय जय करें नर-नार परमेष्ठी ॥जय०
द्रौपदी चीर सभा में हरना
तब तेरा ही लीना शरना ।

बढ़ गया चीर अपार परमेष्ठी ॥जय०
सोभा ने तुम सुमिरन कीना
सप पूलमाला कर दीना ।

बर्ते मंगलाचार परमेष्ठी ॥जय०
अमर शरण में सप्रति आया
कर्मों के दुख से

-०६ ॥जय०

